

Niveau(x) d'enseignement: 3
Centre d'intérêt: 960

Numéro EDUQ : 8570578

Clément, Jacques.

Dossier éducation physique / par Jacques Clément. -- [Sherbrooke] :
Ministère de l'éducation, Bureau régional de Sherbrooke, 1984.
env. 150 f. ; 28 cm.

Descripteur(s): *Education physique *Guide pédagogique *Commission
scolaire *Primaire (Niveau)

Le dossier rassemble autour de sept thèmes des documents de
provenance et de finalité différentes. Ces documents constituent des
instruments pédagogiques destinés aux commissions scolaires. Le premier
volet - la locomotion - comprend une grille d'intervention en évaluation
formative. Le second volet - l'expression - est illustré par un document
intitulé "stage en danse 1982-83". Le troisième volet - santé,
bien-être, effort physique - est un projet de guide sur les principes
anatomiques et physiologiques du développement et de la croissance de
l'enfant ainsi que sur les effets de l'activité physique sur le
développement de l'enfant. Le quatrième volet - la manipulation - est un
document intitulé "apprendre à jongler". Le cinquième volet -
l'évaluation - est formé de feuilles d'évaluation de la commission
scolaire de Victoriaville pour les six années du primaire. Le sixième
volet - la planification - présente un outil de planification. Le
septième volet - le perfectionnement - est un projet de diplôme
d'intervention en activité physique de l'Université de Sherbrooke.

Type de document: d

DOSSIER

ÉDUCATION PHYSIQUE

PAR

JACQUES CLÉMENT

BUREAU RÉGIONAL DU M.E.Q.

RÉGION 05

1ER JUIN 1984.

Avant-propos

Au cours de 1983-1984 de nombreux intervenants de quelques commissions scolaires ont accepté de collaborer à la préparation d'instruments pédagogiques et de les mettre à la disposition des commissions scolaires des régions 04 et 05.

Mentionnons ceux qui ont collaboré d'une façon plus immédiate en fonction des thèmes locomotion, expression, santé, bien-être, effort physique, manipulation, évaluation, planification et perfectionnement.

Daniel Gagnon, C.S.C.S.

Monique Desmarais, C.S.C.S.

Lucie Clément, C.S.C.S.

Marthe Deschesnes, C.S.C.S.

Paul Croteau, C.S.C.S.

Marc Perron, C.S.C.S.

Pierre Lavallée, C.S.C.S.

Yves Couture, Victoriaville

Marc Langelier, Victoriaville

Roméo Lamoureux, Granby

Jean-Guy Ouellet, Université de Sherbrooke

Michèle Lavoie, Université de Sherbrooke

Merci aux collaborateurs immédiats et à tous ceux qui ont permis la réalisation de ces travaux.

Jacques CLEMENT.

Dossier Education Physique

Documents réalisés

- | | |
|-----------|---|
| Thème (1) | Locomotion |
| | Approche pédagogique et évaluation |
| | Moyens: bande vidéo, 10 minutes |
| | feuilles support |
| Thème (2) | Expression |
| | Approche pédagogique et suggestions d'activités |
| | Moyens: document |
| | cassette sonore |
| Thème (3) | Santé, Bien-Etre, Effort physique |
| | Objectifs et suggestions d'activités |
| | Moyen: Guide |
| Thème (4) | Manipulation |
| | Intégration d'objectifs et illustration d'une |
| | progression pédagogique |
| | Moyen: document, le cirque |
| Thème (5) | Evaluation |
| | Choix d'objectifs par degré |
| | Moyen: nouvelle formule de communication |

Thème (6)

Planification

Classification d'objectifs par degré

Moyen: essai de classification au premier cycle

Thème (7)

Perfectionnement

Nouveau programme de perfectionnement pour les
spécialistes en activité physique

Moyen: Diplôme d'intervention en activité physique
(2^e cycle)

Recommandations

- Qu'on favorise une plus grande participation des commissions scolaires au dossier éducation physique en permettant à des personnes intéressées d'y participer.
- Qu'on poursuive l'instrumentation sur chacun des thèmes en mettant en place des sous-comités avec des mandats de rédaction et de diffusion d'expériences.
- Qu'on initie certaines recherches scientifiques sur des éléments de la programmation qui font problèmes.
exemples: - les habitudes de vie chez les 6-12 ans
- la mobilité chez les 5 ans
- autres
- Qu'on favorise l'expérimentation de certaines formules d'évaluation et qu'on en fasse la diffusion.
- Qu'on facilite une formule de perfectionnement continu pour les spécialistes intéressés.

THÈME (1)

LOCOMOTION

SEMAINE DU _____

Nom: _____

Ecole _____

Classe _____

EDUCATION PHYSIQUE

Objet d'apprentissage: se déplacer avec efficacité en ski de fond en conservant son équilibre

	DIFFICILEMENT		MOYENNEMENT DIFFICILE		FACILEMENT	
	au début	à la fin	au début	à la fin	au début	à la fin
Monter en ciseau						
Monter en escalier						
Descendre en chasse-neige						
Descendre en position normale						
Contourner les bornes						
Conserver une cadence régulière						

FEUILLE D'OBSERVATION

Catégorie d'actions

A	B	C

Thème

Objectif général

Objectif terminal

Objectif(s) intermédiaire(s)

Objectif intermédiaire

Situation d'apprentissage

Etape(s) d'apprentissage:

Exploration Découverte Exploitation

--	--	--

Moyens utilisés:

Formative		Somative	

Interventions réalisées:

Atelier

Ensemble

Individuel

Equipe

Forme de travail:

Temps actif sur 45 min:

Objectivation: Forme:

1.1 UNE GRILLE D'INTERVENTION EN EVALUATION FORMATIVE

1.1.1 OBJECTIFS VISES:

a) Préciser ce sur quoi peut porter l'évaluation formative.
(Apprentissage psycho-moteur et développement de l'enfant)

b) Enrichir les interventions des spécialistes au coeur de l'action pédagogique, c'est-à-dire dans la démarche courante:

- Observations -

- Analyse de l'interprétation critériée spontanée -
- Actions immédiates

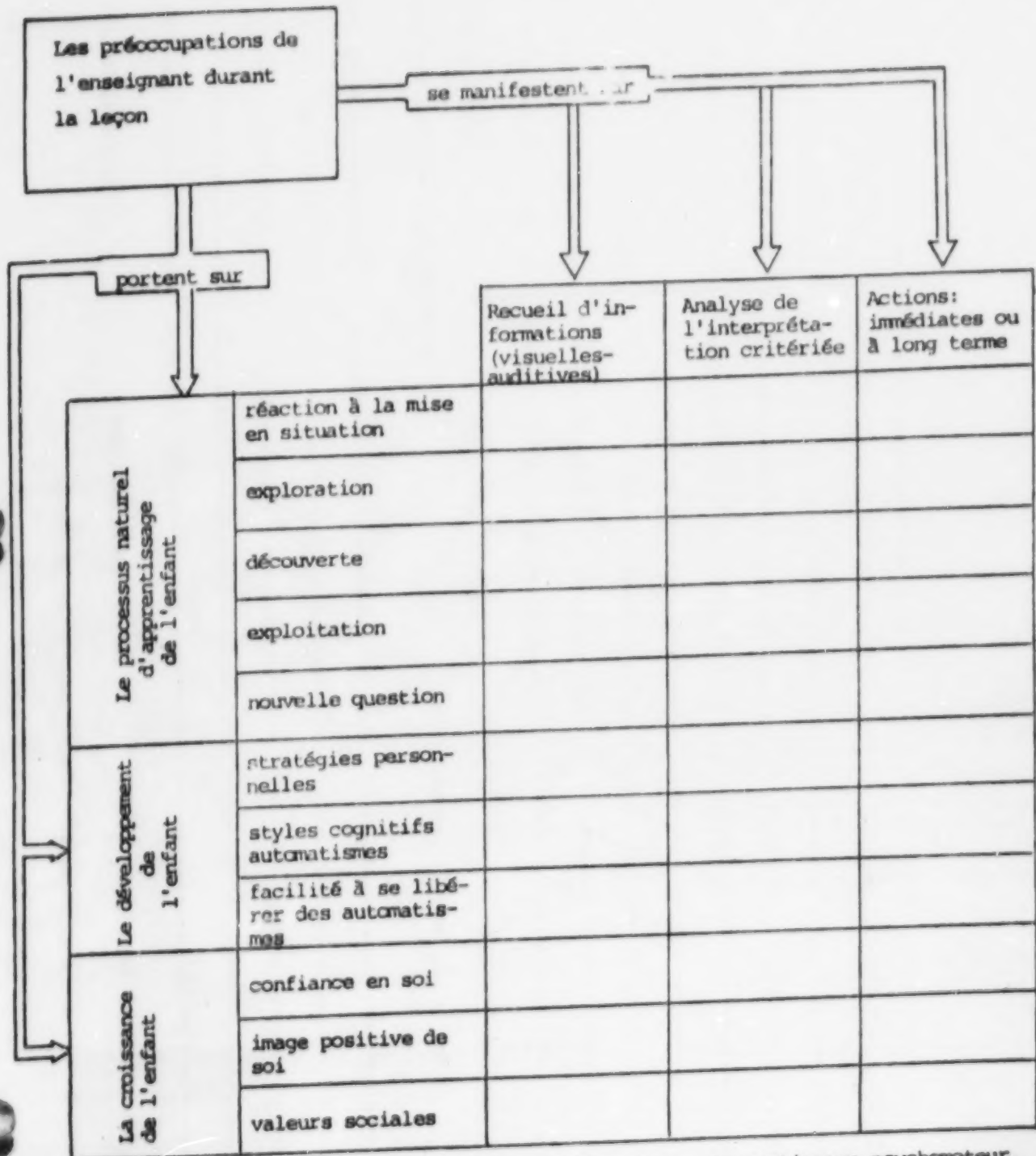
- Observations -

- Analyse de l'interprétation (réflexion, consultation) -
- Actions à long terme

c) Permettre aux spécialistes de devenir de meilleurs observateurs et de meilleurs intervenants en s'appropriant le processus global de l'apprentissage, du développement et de la croissance de l'enfant.

Tiré de Projet de prototype en évaluation pédagogique, Apprentissage psychomoteur, développement de l'enfant, p. 4

1.1.2 L'EVALUATION FORMATIVE
AU COEUR DE L'ACTION PEDAGOGIQUE



Tiré de Projet de prototype en évaluation pédagogique, Apprentissage psychomoteur, développement de l'enfant, p. 5

Ce que je note de la relation de l'enfant avec l'environnement:

ENVIRONNEMENT INTERIEUR

ENVIRONNEMENT PHYSIQUE

ENVIRONNEMENT SOCIAL

Ce que je retiens des apprentissages

au niveau du savoir

savoir faire

(psychomoteur, cognitif et affectif).

savoir être

THÈME (2)

EXPRESSION

STAGE EN DANSE

1982-83



ANIMATRICE :

CHANTALE RICHER

DOCUMENT PRÉPARÉ PAR :

MARTHE DESCHESNES

LUCIE CLÉMENT

MONIQUE DESMARAIS

AVEC LA COLLABORATION DES SERVICES ÉDUCATIFS,

ÉDUCATION PHYSIQUE.

Novembre 1983.

TABLE DES MATIERES

1. Eléments du mouvement créatif

- le corps p. 2
- l'espace p. 3
- l'énergie p. 4
- le temps p. 5

2. Jeux corporels

- exemples p. 6

3. Expression corporelle

- thème: le rêve (atelier no 8) pp. 11-12
- thème: le rêve (atelier no 8 A) p. 17
- thème: l'orange p. 22
- thème: la pâte à modeler p. 23
- thème: l'explosion p. 25
- thème: les animaux p. 27

Activités diverses p. 29

4. Laban p. 31

5. Fiche d'évaluation p. 34

6. Profil d'un cours 5^e et 6^e années p. 36

7. Musique p. 39

8. Bibliographie p. 40

LES ÉLÉMENTS DU MOUVEMENT CRÉATIF :

- CORPS
- ESPACE
- ÉNERGIE
- TEMPS

Réf. Programme d'Etudes, Primaire,
Education Physique

LE CORPS

a) Parties du corps

internes : muscles, os, articulations, coeur, poumons pour respiration

externes : tête, épaules, bras, mains, dos, cage thoracique, hanches,
jambes, pieds

b) Mouvements du corps

extension - flexion - torsion - cercle ou rotation - lever - au repos -
balancer librement et balancer contrôlé - branler (shake)

c) Pas

marcher - courir - sauter - sauter en transférant le poids - galoper -
glisser

L'ESPACE

Forme	:	forme du corps dans l'espace ronde, plate, pointue, tortillée, carrée, large
Niveau	:	de bas en haut
Direction	:	en avant, de côté, vers le haut, en arrière, en diagonale, vers le bas
Grandeur	:	du plus grand au plus petit
Endroit	:	sur place, dans les airs, en locomotion, au sol
Parcours	:	droit, courbe, en zigzag
Relations spatiales:		en dedans, en-dessous, autour de, proche, éloigné, au-dessus
Plan du corps:		sagital, frontal, horizontal
Focus	:	où regarder pour s'orienter dans l'espace?

L'ENERGIE

L'énergie est au mouvement ce que la qualité est au mot.

fort, léger
tendu, relâché

L'équilibre selon le nombre de points d'appui.

Si déséquilibre il y a, énergie dispersée, pas de contrôle.

Les actions : pousser, tirer
 suspendre, tomber
 et les 8 actions de Laban (voir page 32)

LE TEMPS

Rythme : pulsation
peut être donné par un métronome, une tambourine,
des blocs, un maracas ...

rythme naturel: respiration
montée / descente suspension / relâchement

Tempo : vite / lent
accélérer / "décélérer"

Durée : longue / courte

Mesure : combinaison

Silence : arrêt

Dans le mouvement, c'est surtout la durée qui compte.

JEUX CORPORELS

Note: Ces jeux peuvent être donnés en guise d'introduction ou de finale, de détente entre les exercices ou simplement pour dégourdir sans tension. Il est possible que vous en retrouviez parmi les exercices des sections suivantes.

EXEMPLES DE JEUX: MONIQUE GOYER

EXEMPLES :

- Au sol, je relaxe chaque partie de mon corps une après l'autre. On peut le faire 2 x 2, l'autre vérifie si chaque membre est bien décontracté.
- Au sol, j'étire chaque partie de mon corps également, puis je change de position rapidement et je refais la même chose.
- Au coup de sifflet, je tombe par terre au ralenti ou si je suis déjà au sol, je remonte au ralenti.
- Je baille et je m'étire de tout mon corps.
- Je place mes mains de chaque côté de ma tête, les paumes vers l'extérieur et je pousse un mur imaginaire, puis je laisse tomber les bras qui se balancent jusqu'à l'arrêt complet.
- Le partin: Je laisse tomber les poignets, les bras, les épaules, la tête, le dos, jusqu'en bas et je remonte dos très lentement jusqu'en haut, les bras levés, sur demi-pointes et je recommence.
- La marionnette: Je lève un bras et je me suspend à un fil imaginaire. Je me laisse pendre et avec l'autre main, je coupe le fil ce qui me fait tomber par terre d'un seul coup. Je remonte et je reprend avec l'autre bras puis avec les deux bras en même temps.
- Le tapis roulant: Debout, je laisse tomber la tête, le cou et je roule chaque vertèbre jusqu'en bas puis je remonte de la même façon en sens inverse, la tête en dernier. Je commence très lentement puis j'accélère un peu à chaque fois.
- Je cours dans l'espace en ralentissant graduellement pour tomber à la marche, puis à la marche au ralenti comme sur la lune, et je finis par m'arrêter complètement, plus rien ne bouge, pas même le petit doigt.
- Je marche dans le local sans toucher aux autres, je regarde les environs, le plafond, les murs, tous les coins, etc... j'essaie de trouver l'endroit où je me sentirais le plus à l'aise. Quand je l'ai trouvé, je m'y dirige et je deviens immobile. J'observe tous les détails, une fissure sur le mur, une tache sur le plancher, les couleurs, la peinture, etc. Quand j'ai

fini, je m'en vais m'asseoir au centre de la pièce et en fermant mes yeux j'essaie de reconstruire mon endroit préféré dans ma tête. Quand tout le monde a fini, je parle à un copain de mes découvertes.

- Je marche dans l'espace sans toucher aux autres, de plus en plus vite, au son du tambourin. Quand deux enfants se frappent, ils deviennent "statue". Le jeu finit quand tous les enfants sont devenus "statues". On peut rajouter une difficulté en diminuant l'aire du jeu.
- Les enfants sont assis par terre face au professeur. On leur demande de nommer différentes parties du corps qui peuvent être ouvertes ou fermées. Quand on a suffisamment de réponses, on leur demande de se placer dos au miroir et de choisir dans leur tête la partie du corps qu'ils veulent utiliser. Au son, ils ferment la partie ouverte, à un autre son, ils l'ouvrent. On répète trois fois puis on change de partie du corps. Ensuite on propose avec le corps entier et on trouve trois façons différentes d'ouvrir et de fermer les corps. On peut être couché, assis, debout, à genoux...
- 2 coups de tambourin: "ACTION"
On bouge comme on veut.
1 coup de tambourin: "STATUE"
On fige.
On répète plusieurs fois.
"SIFFLET": on tombe au ralenti
- Je marche en diagonale en essayant de faire bouger juste les muscles des jambes; au tour suivant j'ajoute ceux des fesses, le ventre, les épaules, les bras et les mains, puis la tête. Ça fait un peu comme du "jello".
- Je fais des petits sautilllements en lançant mes bras partout de bas en haut, sur les côtés, etc., et mes mains et mes doigts virevoltent dans tous les sens.
- Le train: Chacun son tour devient conducteur et conduit son train là où il veut en passant par où il veut.
- Pâte et sculpteur: un enfant est le sculpteur et doit donner la forme qu'il veut à sa pâte. On change les rôles. Un sculpteur peut aussi avoir deux pâtes à modeler.

- Game sourire: Assis en cercle, les enfants se passent la même expression en amplifiant à chaque fois. Sourire, tristesse, colère, etc. On peut faire l'inverse, du plus fort au plus faible.
- Le réveil: Tout le monde dort en petit bonhomme, le professeur en prend un dans ses bras, le transporte quelque part, il se réveille. Ensemble on va voir une autre personne et ainsi de suite. Le dernier est finalement transporté par tous les autres.
- Course à trois: Il faut toujours se toucher, on peut rouler, changer de direction, etc.
- Course à 1, 2, 3, 4 ...: Assis en indiens, le premier touche au mur, revient, prend la main du 2e, les deux vont toucher au mur, reviennent, prennent la main du 3e, etc. On peut dresser différents obstacles.
- Course à relais-cravate: Le participant dénoue sa cravate, la donne au suivant et que celui-ci la noue à son cou avant de partir. Le départ se fait en deux lignes, un derrière l'autre. Quand un enfant finit, il va se placer dans l'autre équipe; le jeu finit quand tous les enfants se retrouvent dans la même ligne.
- Le hibou: On est un hibou. Dans sa tête, on choisit une place où sera notre nid. Au signal, on tourne les yeux vers l'endroit, puis la tête, puis le corps et on court se blottir dans le nid. On le refait de plus en plus vite.
- La brouette: Un enfant a les mains en appui au sol, un autre lui prend les pieds et le promène là où il veut.
- Les tunnels: deux équipes
Les enfants sont placés les uns derrière les autres, les jambes écartées, les mains sur les épaules du précédent. Le dernier passe en-dessous des jambes puis va se placer en avant du premier, et ainsi de suite jusqu'à ce que les rangs reprennent leur forme initiale. On peut le faire aussi en sens inverse, de reculons.
- Les statues: Les enfants marchent n'importe où. Au signal, ils s'arrêtent et prennent la position du meneur de jeu (déjà désigné) jusqu'à ce qu'il y en ait un qui perde l'équilibre. Il va s'asseoir. Le jeu reprend. Celui qui est assis reprendra sa place dès qu'il y en aura un autre qui perdra l'équilibre.

- Avancer en cachette: Tout le monde se place au point de départ, le professeur est à l'autre bout de la classe. Il compte jusqu'à 5 (ou 3) et se retourne brusquement. Pendant ce temps, les joueurs ont avancé en marchant mais quand le professeur s'est retourné, tous doivent être immobiles et le professeur élimine ceux qui sont encore en mouvement. Le gagnant est celui qui arrive le premier au but sans être vu (et il peut remplacer le professeur pour faire recommencer le jeu).
- Le prisonnier: Un prisonnier se place au centre d'un cercle d'enfants et il ne peut s'échapper qu'en passant en-dessous des bras. Celui qui le laissera s'échapper deviendra le prisonnier. On peut avoir plusieurs prisonniers.
- Coupe-jarret: Un seul joueur au centre d'un cercle; les enfants ne se donnent pas la main. Celui au centre tient une longue corde avec au bout une balle légère. Il tourne sur lui-même en tournant la corde et les enfants doivent sauter très haut par-dessus la corde. Ceux qui sont touchés sont automatiquement éliminés.
- La chasse: Au milieu de la pièce se tient le chasseur, aux extrémités les oiseaux et leur abri est exactement à l'opposé de leur point de départ. Quand le chasseur donne son signal, tous les oiseaux doivent se rendre à leur abri et le chasseur essaie d'en attraper le plus possible. Le jeu continue jusqu'à ce qu'il n'y en reste qu'un qui devient chasseur à son tour.

EXPRESSION CORPORELLE

THÈMES:

LE RÊVE, ATELIER NO 8

LE RÊVE, ATELIER NO 8 A

L'ORANGE

LA PÂTE À MODELER

L'EXPLOSION

LES ANIMAUX

ACTIVITÉS DIVERSES

THÈME: LE RÊVE

ATELIER NO 8

Un rêve est une suite d'images dans notre tête durant la nuit.

Musique: Perry & Kingsley

- . SCHÉMA CORPOREL ET RELAXATION
- . ESPACE - ÉNERGIE
- . ÉDUCATION RYTHMIQUE
- . DANSE IMPOSÉE

INTRODUCTION

Qu'est-ce qu'un rêve?

As-tu déjà rêvé?

SCHEMA CORPOREL ET RELAXATION

Tu sais, quand on rêve habituellement on est endormi. Alors on va essayer d'endormir tout notre corps sans qu'on s'endorme réellement.

Musique: Jungle Blues

- . Je fais dormir mes cheveux
- . Je fais dormir mes yeux
- . Je fais dormir ma bouche
- . Je fais dormir ma langue
- . Je fais dormir ma tête
- . Je fais dormir mes épaules
- . Je fais dormir mes bras
- . Je fais dormir mes coudes
- . Je fais dormir mes avant-bras
- . Je fais dormir mes poignets
- . Je fais dormir mes mains
- . Je fais dormir mes doigts
- . Je fais dormir mon corps
- . Je fais dormir mon bassin
- . Je fais dormir mes genoux
- . Je fais dormir mes jambes
- . Je fais dormir mes chevilles
- . Je fais dormir mes pieds
- . Je fais dormir mes orteils

Quand je dis qu'on endort notre corps au complet, c'est qu'on bouge tout doucement en relâchant les différentes parties du corps.

ESPACE - ENERGIE

Nous sommes dans le rêve du devenir.

- . Je deviens une forme ronde
- . Je deviens une forme carlée
- . Je deviens une forme pointue
- . Je deviens une forme large
- . Je deviens une forme plate, étroite
- . Je deviens une forme tortillée

(Tambour gai)

- Faire cet exercice en se déplaçant vers l'avant, vers l'arrière et sur le côté.
- Nous sommes dans le rêve du chemin pour se rendre à un grand château.
- On doit prendre un chemin en zigzag et ensuite un chemin courbé, pour après emprunter un chemin très droit.
- On est maintenant rendu au château.

EDUCATION RYTHMIQUE

Nous sommes dans un château musical. Je prends une tambourine et je joue des sons. Je demande à chaque enfant de reproduire le son. Ensuite chaque enfant invente sa propre mesure. Maintenant, on sort tout doucement du château et ensuite du lève pour aller prendre une collation.

Je donne à chaque enfant des blocs de gymnastique.

Au signal,

château : blocs sur les genoux

musical : blocs dans les airs

on y va : reproduire le son

ou

bras levés, bras baissés, frappe des pieds 3 fois

tête, tête, lève les épaules 3 fois

s'accroupir, se relever, frapper les mains 3 fois

se tortiller sur 4 temps

DANSE IMPOSÉE

Musique: Swan's Splash down

Mesure travaillée



Je	rêve	dans	la	nuît
↓	↓	↓	↓	↓
1 son	1 son	1 son	1 son	1 son

Enchaînement imposé:

Avec sentiment:

On met le masque et je reviens
fâché(e), content(e).

tête, tête, marche marche marche (devant)

bras levés, bras baissés, frappe frappe frappe

en bas, en haut, poignets, coude et revenir

marche, marche (derrière), court court court

1. On travaille cet enchaînement avec la phrase "Je rêve dans la nuit".
2. On travaille cet enchaînement sur la tambourine.
3. On travaille cet enchaînement sur la musique.

THÈME: LE RÊVE

ATELIER NO 8 A

- . SCHÉMA CORPOREL
- . ESPACE, ÉNERGIE, TEMPS
- . RYTHMIQUE ET FOCUS
- . JEU CORPOREL
- . DANSE IMPOSÉE
- . DANSE IMPROVISÉE

INTRODUCTION

- . Ce qu'on a fait la semaine dernière.
- . Amener aussi les différents rêves et les différents sentiments.
- . Raconter quelques rêves.

SCHÉMA CORPOREL

Même exercice que l'atelier 8.

ESPACE, ÉNERGIE, TEMPS

On va dire que la chaise placée au centre est un objet dans notre rêve qu'on veut repousser, qu'on ne veut pas. On part tous ensemble en cercle autour de la chaise. On est donc proche de la chaise. On va s'en éloigner en poussant. On va faire semblant de la frapper avec tout notre corps, pas seulement avec nos bras, pour ensuite fouetter la chaise avec notre corps.

Seulement
pour la
repousser

1. On le fait silencieusement et lentement.
2. On le fait silencieusement et rapidement.
3. On le fait avec un son et lentement.
4. On le fait avec un son et rapidement.

Nous sommes maintenant dans un rêve où tout est relâché, tout est mou comme une guenille.

Après, nous sommes rendus dans un rêve où tout est tendu et tout est figé comme du ciment.

RYTHMIQUE ET FOCUS

On fixe un point et on se rend vers ce point-là.

On continue à fixer et on recule.

On recommence, on en choisit un autre et on peut aussi varier la vitesse.

On prend un chiffre (4), on marche jusqu'à 4 et après on change de direction.

On prend un autre chiffre (8), on marche jusqu'à 8 et après on change de direction. Et on continue si cela va bien...

JEU CORPOREL

Nous sommes dans le rêve:

- . du coller
- . de l'élastique
- . du toucher
- . du vent
- . du froid

DANSE IMPOSÉE

Revoir la danse imposée de l'atelier 8.

DANSE IMPROVISÉE

Création différée par petits groupes

Je demande aux enfants qui sont deux par deux de m'inventer des mouvements sur:

"Je rêve dans la nuit."

- ouvert

tout est ouvert



- fermé

THÈME: L'ORANGE

1 - Causerie

2 - Placer l'orange sur différentes parties du corps en équilibre.

-- en mouvement

-- 2 x 2 contact orange

3 - Danse du carrousel

Musique: Imagination

Mandège. Face A no 1

Assis, placer l'orange entre les jambes.

Monter et descendre en tournant.

4 - Jeu de l'oranger

Danse de la cueillette de l'orange

Face A no 2. Imagination

Assis, jambes allongées, on place l'orange entre les pieds, et on se balance sur le dos en montant les jambes. Lorsque les pieds sont en haut, on laisse tomber l'orange. On se rassoit et on recommence.

5 - Jeu de la cachette

On va cacher son orange (faire semblant), puis on va la chercher et on doit la ramener sans se servir des mains et en rampant.

6 - Jeu des appuis au sol

a) Seul, sans que l'orange touche au sol

b) En groupe de 4: 2 oranges, 2 personnes

Demander aux enfants de prendre une position sur un nombre d'appuis X.

7 - Danse imposée

THÈME: LA PÂTE À MODELER

À partir de la situation qu'on a de la pâte à modeler, reproduire en groupe, un des 9 thèmes.

- Groupe I Schéma corporel
Réalisation du groupe: la tire part d'une boule, elle va s'aplatir, elle s'étend.
- Groupe II Espace - Energie - Temps
Réalisation: une boule compacte et qui se sépare
- Groupe III Travail dynamique et statique
Réalisation: mouvement tout d'abord individuel
- on reprend la boule
- Groupe IV Activités sensorielles
Réalisation: faire de la tire
- Groupe V Rythmique
Réalisation: construction, boule qui devient un personnage
- Groupe VI Jeu corporel
Réalisation: boules toute collées qui essaient de se décoller
- Groupe VII Relaxation
- Groupe VIII Jeu dramatique
Réalisation: accident d'autobus
- Groupe IX Création spontanée
Réalisation: Le premier prend une position et les autres doivent se placer en rapport avec le premier en ayant 3 parties du corps en contact avec d'autres.

THÈME: L'EXPLOSION

1^{ère} consigne: Tu prends une position de départ. Je ne veux pas que ta bouche explose, c'est tout ton corps qui doit exploser.

Lorsque tu entends le "tic-tac de la bombe", tu te prépares et tu exploses au coup de tambourin.

2^e consigne : Ton dos doit demeurer au plancher et c'est tout le reste de ton corps qui doit exploser.

3^e consigne : Explosion en équipe de 4 ou 5 (se donner la main)
Exploser en se détachant puis en restant attachés.

4^e consigne : Un derrière l'autre, on part à la course puis on explose au coup du tambourin.

THÈME: LES ANIMAUX

(Approche pour les 4-5 ans)

Musique: Action et imitation, déplacements
(chrome 33 tours)
(disque rouge)

Imiter les déplacements des animaux en suivant le rythme de la musique:

- éléphant
- kangourou
- canard
- lapin
- etc.

ACTIVITÉS DIVERSES

Description des thèmes travaillés sur le disque.

"Variations musicales pour l'éducation rythmique et motrice"

Face A, leçon 1 (un à la suite de l'autre)

- 1 - Danse de la "Crazy Glue"
- 1 pied collé au plancher, l'autre balance autour et puis il colle à son tour
- 2 - Pousser sur le plancher
- 3 - Jeu du frais et de la fraîche
- 4 - Fâché(e), défâché(e)
- 5 - Marcher, galoper
- 6 - Jeu de l'attaché(e)
2 x 2 se donner les mains, s'entortiller, s'enrouler, se dérouler
- 7 - Je suis fatigué(e), je veux dormir.
- 8 - Position assise au sol. Je bouge mes pieds et je tourne sur les fesses.
- 9 - Danse du jell-o: Mobiliser toutes les parties du corps de façon souple.
- 10 - Relaxation
- 11 - Danse de l'attaché(e): main dans la main, en groupe de 4.
- 12 - Tondeuse mécanique
2 personnes roulent: roues
2 personnes superposées: couteaux
2 personnes, position brouette, "tondeur, tondeuse"
- 13 - Hymne au printemps de Félix Leclerc: chanson à mimer

LABAN



LABAN



Mvt direct



Rapide



Lent



Mvt indirect



Faible (léger)



Tapoter

Eléments d'effort de Laban:

Direct - rapide - faible —→ tapoter

Direct - lent - faible —→ glisser

Direct - rapide - fort —→ frapper

Direct - fort - lent —→ presser

Indirect - faible - rapide —→ osciller

Indirect - faible - lent —→ flotter

Indirect - fort - lent —→ tordre (poignée de porte)

Indirect - fort - rapide —→ fouetter

LABAN'S 8 BASIC EFFORT ACTIONS

FORCE	TIME	SPACE	
firm	+ sudden	+ direct	= THRUST
firm	+ sudden	+ flexible	= WHIP
firm	+ sustained	+ direct	= PRESS
firm	+ sustained	+ flexible	= WRING
fine	+ sudden	+ direct	= DAB
fine	+ sudden	+ flexible	= FLICK
fine	+ sustained	+ direct	= GLIDE
fine	+ sustained	+ flexible	= FLOAT

LES 8 ACTIONS D'EFFORT DE LABAN

FORCE	TEMPS	ESPACE	
ferme	+ soudain	+ direct	= FRAPPER
ferme	+ soudain	+ flexible	= FOUETTER
ferme	+ soutenu	+ direct	= PRESSER
ferme	+ soutenu	+ flexible	= TORDRE
délicat	+ soudain	+ direct	= TAPOTER
délicat	+ soudain	+ flexible	= OSCILLER
délicat	+ soutenu	+ direct	= GLISSER
délicat	+ soutenu	+ flexible	= FLOTTER

FICHE D'ÉVALUATION

Cette fiche est seulement un aide-mémoire pour prendre conscience de l'évaluation du groupe en général. Ce n'est pas une grille d'analyse mais seulement des suggestions pour prendre des notes d'observation.

Le travail a-t-il été bien reçu ou refusé?

Le rythme de l'atelier était-il au point?

Les exercices-jeux étaient-ils pertinents au thème choisi?

L'ambiance de l'atelier était-elle détendue ou énervante?

Est-ce que durant les discussions, on a vraiment orienté les enfants vers le thème ou a-t-on passé à côté complètement?

Est-ce que par quelques interventions on a pu bloquer la spontanéité des enfants?

PROFIL D'UN COURS 5^E ET 6^E ANNÉES

Mise en train: Musique (Rempall et Claude Bowling)
(Pochette du disque: chambre à coucher)

Assis,

- on descend doucement
- les mains en avant, on bouge les doigts
- on descend au sol, on allonge les mains
- on plie les jambes
- on prend une jambe, on allonge, on redescend l'autre
- on remonte en se faisant tirer par les doigts
- on étire les bras vers le haut
- on ouvre bras et jambes (assis)
- on balance (extension vers le haut)
- on referme les jambes et on se laisse tomber, on revient, on se couche
- on prend nos 2 jambes, on les enveloppe, on dégage, on redescend sans toucher au sol, variations avec les jambes
- on fait des ciseaux assis
- on se couche sur les jambes allongées vers l'avant

Suggestion:

- faire composer en équipe de 4: leur échauffement
leur étirement

Activités

Musique Velus, Face 2 à la fin

Musique: Imagination, Face A, rebondir

En groupe, représenter une situation de confrontation, pas de contact, varier les niveaux et les directions.

ENCHAÎNEMENT D'ACTIONS

Trouve différentes façons de sauter (avec tambourin)

- une 2^e façon de sauter
- une 3^e façon de sauter

Refais la 1^{ère}, 2^e, 3^e et enchaîne

Trouve différentes façons de tourner

- une 1^{ère} façon de tourner
- une 2^e façon de tourner
- une 3^e façon de tourner
- une autre façon de tourner plus vite, selon la cadence du tambourin

Sauter (4 x 3) en 12 coups

i.e. 4 la 1^{ère} façon
 4 la 2^e
 4 la 3^e
 ensuite tourner

Variations:

- Ceux qui sont habillés de vert commencent par les tours et les autres par les sauts.

On peut aussi le faire en travail d'équipe.

MUSIQUE

1. Rythmic Parachute Play
Kimbo educationnal records PGJ 43
2. Educationnal activities and Kimbo ed. records LP 9090
3. Chute the works 22,50\$/2 disques
Created by Billy Gober
4. Parachute fun - folk dance
5. Pop rock parachute KBH production
15\$ (photocopie des explications)
6. Perray and Kingsley
Computer in love
7. Rampail et Claude Bowling - flûtiste
(chambre à coucher)
8. Imaginations - pour expression corporelle
4 disques 301241 MEQ
9. Cassette disponible à l'école Coeur-Immaculé (audio-visuel)
- Cette cassette peut-être reproduite mais la copie originale demeure au centre audio-visuel.

Cette cassette renferme la musique nécessaire pour réaliser tous les thèmes du livre "Dans mon école, je danse", de Chantale Richer - 90 min

BIBLIOGRAPHIE

Yvonne Berge

Vivre son corps pour une pédagogie
du mouvement
Paris, Le Seuil, 1975.

Thérèse Bertherat et Carol Bernstein

Le corps a ses raisons
Paris, Le Seuil, 1976.

Monique Bertrand et Mathilde Dumont

L'expression corporelle à l'école
Paris, J. Vrin, 1977.

Monique Bertrand et Mathilde Dumont

Expression corporelle: mouvement et
pensée
Paris, J. Vrin, 1970.

Monique Bertrand et Mathilde Dumont

Dynamique de la création: le mot et
l'expression corporelle
Paris, J. Vrin, 1976.

Joyce Boorman

Creative Dance in the First Three
Grades
Don Mills, Don Longman Canada Ltd,
1971.

Georges Rioux et Raymond Chappuis

Les bases psycho-pédagogiques de
l'éducation corporelle
Paris, J. Vrin, 1974.

Louis Bergeron

L'éducation corporelle selon Rousseau
et Pestalozzi
Paris, J. Vrin, 1973.

Henri Bossu et Claude Chalaguié

L'expression corporelle méthode et
pratique
Paris, Centurion, 1974.

Françoise Lombard et Annette Mich

L'expression corporelle de 5 à 15 ans
Paris, Armand Collin-Bourrellet, 1974.

Monique Rioux

L'enfant et l'expression dramatique

THÈME (3)

SANTÉ, BIEN-ÊTRE, EFFORT PHYSIQUE

Projet de

GUIDE sur :

- SANTÉ
- BIEN-ÊTRE
- EFFORT PHYSIQUE

VERSION PRÉLIMINAIRE

MARIE-FRANCE CORRIVEAU

HÉLÈNE CARON

JACQUES CLÉMENT

ET

ÉDUCATEURS PHYSIQUES

C.S.C.S.

PROJET DE GUIDE SUR SANTÉ
BIEN-ÊTRE ET EFFORT PHYSIQUE

INTRODUCTION

• OBJECTIFS TERMINAUX

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

- MOYENS SUGGÉRÉS

EXEMPLES D'ACTIVITÉS

• BIBLIOGRAPHIE

• SUGGESTIONS DE MATÉRIEL

- FILMS

- RÉFÉRENCE POUR CHARTES

Ce guide s'inscrit dans le cadre de l'élaboration du thème :
"Effort physique du programme d'études, primaire, éducation physique".
A ce titre, il endosse les orientations : L'approche pédagogique de
ce programme, c'est-à-dire que la personne est considérée dans sa glo-
balité et que les façons d'aborder les activités doivent être respec-
tueuses du processus d'apprentissage des enfants (mise en situation -
vécu de l'activité - objectivation de l'activité).

Ce guide prolonge le thème effort physique en y adjoignant
santé et bien-être. Bien que conscients de nos limites dans ce domai-
ne, nous avons voulu considérer ces éléments comme faisant partie d'un
tout indissociable.

Nous retrouvons dans ce guide les principes anatomiques et phy-
siologiques du développement et de la croissance de l'enfant ainsi
que les effets de l'activité physique sur le développement de l'enfant.

Tous les intervenants de l'école en incluant les parents sont
concernés dans ce domaine et ce n'est qu'en s'associant en partenaires
qu'ils peuvent tirer profit de ce guide au bénéfice des enfants.

Nous considérons ce guide comme un outil qui sert de point de
référence et qui agit comme déclencheur d'activités dans ce domaine.

Merci à Kino-Estrie qui a permis d'initier ce projet, aux in-
firmières, aux spécialistes d'éducation physique qui ont conçu le cadre
théorique de ce guide ou qui ont apporté des suggestions d'activités.

Jacques CLEMENT.

1^{ER} CYCLE

OBJECTIF TERMINAL: Connaître les différentes parties de son corps.

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

P.1.1

Désigner les principales parties du squelette (membres et articulations) et leurs possibilités de mouvement.

Moyens suggérés:

- à l'aide d'un squelette, montrer les principaux os de la tête, du tronc, des bras, du bassin et des jambes
- faire exécuter des mouvements pour qu'ils constatent les possibilités de mouvement
ex.: bras (extension arrière plus difficile)
- faire reconstituer un puzzle des principaux os du corps humain
- visionner des films spécifiques sur ce sujet
ex.: (film de l'ONF, Passe-Partout, ...)

P.1.1.2

Identifier les différentes parties du corps qui interviennent dans l'exécution de mouvements donnés.

Moyens suggérés:

- faire exécuter certains mouvements en identifiant les principaux os du squelette y participant
ex.: 1) flexion du coude
os: humérus (bras)
radius et cubitus (avant-bras)

2) marche
os: fémur (cuisse)
tibia et péroné (jambe)
rotule (genoux)

P.1.1.3

Identifier les principales parties du corps qui initient différentes actions (sauter, balancer).

Moyens suggérés:

- faire exécuter aux enfants différentes actions, relativement faciles, où ils auront à découvrir en premier lieu les parties étant les plus impliquées et deuxièmement les os correspondant à ces parties.

P.1.1.3 (suite)

ex.: sauterA) parties les plus impliquées:
cuisse, jambe et pied

B) os correspondant:

cuisse: fémur
jambe: tibia et péroné
pied: tarso et métatars.

OBJECTIF TERMINAL: Prendre conscience du fonctionnement de son corps.

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

P.1.2.1

Se familiariser au rôle du cerveau, du coeur, des poumons, des muscles, de l'estomac et des intestins.

Moyens suggérés:

A l'aide de tableaux,

- 1) situer l'organe avec sa grosseur par rapport au corps
- 2) identifier les principaux rôles des organes
- 3) poursuivre avec un schéma de l'organe avec identification des principales parties et démontrer la physiologie générale
- 4) poursuivre avec les effets de l'activité physique sur l'organe

ex.: coeur

- 1) situé vers le centre, plus vers la gauche de la cage thoracique
- 2) joue un rôle de pompe qui distribue le sang dans le corps
- 3) A l'aide d'un schéma, situer l'aorte et l'artère pulmonaire, les 2 oreillettes et les 2 ventricules
- 4) L'activité physique augmente la fréquence cardiaque et provoque une contraction plus forte.

OBJECTIF TERMINAL: P.1.3 Décrire quelques effets de l'activité physique sur le fonctionnement de son corps.

OBJECTIF INTERMEDIAIRE

P.1.3.1

Expliquer les modifications au niveau de la respiration, circulation et élimination.

Moyens suggérés:

- Suite à un exercice physique d'intensité moyenne, faire prendre conscience à l'enfant lors d'une discussion des changements qui se produisent au niveau de son corps.

Participer à un exercice qui provoque:

- augmentation des pulsations (cœur bat plus vite)
- augmentation de la respiration (plus rapide)
- augmentation de la chaleur (peau plus rouge, sueur, donc une plus grande soif, trop grande perte d'eau et une fatigue qui demande une détente).

OBJECTIF TERMINAL: P.1.4 Connaître les principes généraux de santé, d'hygiène et de nutrition.

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

P.1.4.1

Expliquer globalement ce que signifie "être en santé".

- par une discussion, faire ressortir les principaux points relatifs à la santé

"Sensation de bien-être physique, psychologique et émotionnel" qui se manifeste par:

- bon appétit, bonne élimination, bonne intégration de la peau, joie de vivre, goût du travail, goût du loisir, goût à l'exercice, bonne relation avec autrui, bonne santé mentale, physique et émotionnelle, être capable de bien se reposer.

P.1.4.2

Expliquer les conditions qui assurent le maintien et l'amélioration de la santé.

Moyens suggérés:

- assurer les besoins essentiels à l'organisme: eau, nourriture, élimination, sommeil, respiration, selon les groupes d'âge
- activité physique régulière
- bonne hygiène
- travail adéquat dans des conditions saines
- être à l'aise dans son milieu familial pour faciliter les échanges et entretenir de bonnes relations pour une meilleure santé mentale
- visionner des films illustrant les besoins essentiels
- visionner des films montrant des gens qui pratiquent une activité physique
- visionner des films sur les effets de la cigarette et de la boisson
- distribuer des feuillets de l'Organisation mondiale de la Santé

P.1.4.3

Expliquer les grandes familles d'aliments et les façons de se nourrir sainement.

Moyens suggérés:

- distribuer le tableau du "Guide alimentaire canadien" et expliquer les 4 groupes d'aliments avec la quantité appropriée à l'âge
 - produits laitiers
 - céréales (Se référer au Guide alimentaire canadien)
 - viandes
 - fruits et légumes
- faire une semaine de l'alimentation ou plusieurs thèmes seront traités:
 - boîte à lunch
 - collation
 - aliments à éviter
 - produits d'un arbre, du jardin, les animaux, les semences
 - films et diaporamas ex.: Passe-Partout
 - kiosque d'alimentation
 - machines distributrices (savoir choisir nos aliments)
 - rencontre avec un(e) spécialiste ex.: diététiste
- dégustation en classe de fruits et légumes

P.1.4.3 (suite)

Moyens suggérés:

- fiches diverses

- a) associe la nourriture à son origine: animale, végétale
- b) aliments avec le nom du magasin où on peut se le procurer
- c) composition d'un repas équilibré.
- d) illustration d'un aliment que je peux me procurer chez le boulanger, le boucher, la poissonnerie, etc.

OBJECTIF TERMINAL: P.1.5 Participer à différentes formes d'activités physiques faisant appel à des efforts organiques et musculaires dont l'intensité et la durée varient.

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

P.1.5.1

Produire un effort approprié tout au long de la durée de l'activité.

Moyens suggérés:

1- Corde à sauter

sauter à intervalles: long, court
repos long, repos court

suivre un rythme rapide . tambourin
ou lent . musique

2- Course variant de 3 à 6 minutes

- conserver un rythme régulier: à chaque minute, faire 2-3 ou 4 tours de terrain de volley-ball

3- Tests d'efficiences physiques (Jeunesse en forme)

- 1600 m (2e cycle) ou 800 m (standards à atteindre)
- suspension bras fléchis (aussi longtemps que possible)
- redressements assis (maximum en 1 minute)

4- Natation

- rester en surface aussi longtemps que possible (whip-kick)
- faire un certain nombre de longueurs (répétitions avec différents styles)

5- Soccer

- dribbler le ballon (aux pieds) en essayant de le conserver le plus longtemps possible contre un ou des adversaires

6- Trempline

- répétition de sauts sans arrêt pendant un certain nombre de minutes

7- Basket

- même chose que soccer (mais dribbler avec mains)

8- Ski de fond

- pas alternatifs ou double poussée: plusieurs longueurs en un temps fixé individuellement

9- Raquette

- randonnée sur des sentiers de plus en plus longs

10- Patinage

- Conserver un rythme de x tours/min. pendant x minutes

11- Entraînement avec musique

- cassette et volume-guide produits par "Condition physique et sport amateur Canada", durée 2 x 30 min.
(repos-étirement: 8 stations x 1 minute)

12- Course-orientation

- prévoir 5-6 azimuts à trouver en un temps minimal
(départ des équipes à chaque minute)

13- Cross-précision

- le trajet est connu mais il est impossible de voir le parcours du point de départ-arrivée
- chaque équipe le court une fois à une vitesse moyenne
- l'équipe gagnante est celle qui peut courir une deuxième fois le même parcours à la même vitesse

14- Circuit zig-zag (intérieur ou extérieur), à intervalles4 exercices vigoureux

- push-up
- sit-up
- chin-up
- ruade

4 exercices légers

- lancers-poitrine
- grimper escaliers
- corde à sauter
- squat

Pulsations (avant, pendant, après la série de 8, entre 2 exercices)

P.1.3.2

Se déplacer rapidement sur une courte distance.

Moyens suggérés:

1- Tests d'efficiences physique (Jeunesse en forme)

- 50 m (en ligne droite)
- course-navette (aller-retour 2 fois sur une distance de 10 m)

2- Athlétisme - gymnastique: sauts

- saut en longueur (avec élan): simple et triple
- saut de cheval en gymnastique

P.1.5.2 (suite)

3- Écrite

- jeu du "chat et de la souris" (au signal sonore et visuel)
chat - avance et essaie de toucher
souris - recule et essaie de parer

4- Badminton

- pratiquer amorti et dégagement en séries
- frapper le volant en l'air, toucher au mur, revenir frapper, etc.

5- Natation

- aller rejoindre un objet lancé
- nager distance courte, différents styles

6- Hand-ball - basket

- se démarquer

7- Patinage, ski de fond, raquette

- se déplacer dans différentes directions

8- Traverser

- échelles et barres

9- Jeux

- canot-passez
- miroir (suivre les déplacements de son partenaire)

P.1.5.3

Démontrer de la souplesse dans l'exécution de différents mouvements.

Moyens suggérés:

Activités

- danse en expression créative
- travailler sur l'expression de ses sentiments
ex.: mimes, mouvement expressif
- exprimer corporellement différents verbes d'action
- pratique d'activités comme patiner, glisser, nager, etc.

2^E CYCLE

OBJECTIF TERMINAL: D.1.1 Connaître le fonctionnement des différents systèmes vitaux de l'organisme.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

D.1.1.1

Identifier les parties du squelette (os et articulations)

Moyens suggérés:

- à l'aide d'un squelette, identifier les principaux os de la tête, du tronc, du bassin, des membres supérieurs et inférieurs
- reconstruire un puzzle des os en groupe ou individuellement
- visionner un film sur les os et articulations

D.1.1.2

Expliquer les possibilités de mouvement des os permises par les articulations rattachées à la tête, au tronc, aux membres supérieurs et aux membres inférieurs.

Moyens suggérés:

- exécution de mouvements spécifiques à chaque partie du corps suivie d'une discussion
- ex.: pousser un objet
 - partie impliquée: bras qui comprend l'humérus, le radius, le cubitus et la ceinture scapulaire
 - un squelette sera nécessaire pour la démonstration
 - une recherche personnelle

D.1.1.3

Identifier les principaux muscles de la tête, du tronc, des membres supérieurs et des membres inférieurs (fléchisseurs - extenseurs)

Moyens suggérés:

- à l'aide d'un tableau anatomique, faire ressortir les principaux groupes musculaires spécifiques à chaque partie
- procéder à l'exécution de certains mouvements afin de leur faire découvrir quels muscles sont en action
- ex.: redressements assis
principaux muscles: abdominaux - dorsaux

* Ne pas exiger de mémoriser tous les muscles, juste faire ressortir les principaux.

D.1.1.4

Expliquer le rôle des muscles fléchisseurs et extenseurs dans une activité musculaire.

Moyens suggérés:

- définir les termes extension et flexion avec des exemples
 muscles: biceps en extension - bras tendu
 biceps en flexion - bras fléchi
- ex.: lancer, sauter: muscles extenseurs
 tirer: muscles fléchisseurs
- faire exécuter des mouvements où ils aurent à découvrir s'il y a flexion ou extension
- poursuivre l'information en se servant d'un tableau anatomique ou d'un film sur les muscles

Noter:

Les muscles possèdent les 2 rôles:

- rôle fléchisseur: permet des mouvements comme tirer, porter
- rôle extenseur: permet des mouvements tels que sauter, lancer

D.1.1.5

Situer l'emplacement et expliquer le rôle des tendons et des ligaments dans les mouvements du corps.

Moyens suggérés:

- montrer en classe un schéma représentant des muscles, tendons et ligaments avec énumération de leurs principaux rôles
- faire exécuter des mouvements pour démontrer la limitation d'amplitude due aux ligaments
- ex.: rotation du tronc, du genou, du pied

Noter:

- ligaments: rôle: maintiennent les os en place, relient 2 os, limitent l'amplitude de mouvement
- tendons: de chaque extrémité du muscle en fuseau et s'insèrent sur les os

D.1.1.6

Identifier les principales parties du système cardio-vasculaire (cœur, vaisseaux, sang et ses composantes)

Moyens suggérés:

- dans un premier temps, leur montrer un tableau anatomique du cœur avec ses composantes, ceci pourra être accompagné d'un film ou de diapositives

D.1.1.6 (suite)

- faire dessiner un coeur et ses composantes avec un modèle simplifié
 - oreillettes
 - ventricule
 - aorte
 - artère pulmonaire

D.1.1.7

Identifier les causes autres que l'effort physique qui modifient le rythme des battements du coeur.

Moyens suggérés:

- discussion en groupe sur le sujet
- projection de films sur les effets de la cigarette, de la boisson, de la drogue et autres
- expérimentation (dans la mesure du possible) de situations stressantes
ex.: peur, chaleur, angoisse, maladie, fatigue
- sédentarité à long terme

D.1.1.8

Identifier les principales parties du système digestif.

Moyens suggérés:

- à l'aide d'un tableau anatomique, identifier les principales parties du système digestif qui comprend: bouche, glandes salivaires, l'oesophage, l'estomac, l'intestin grêle et le gros intestin
- faire dessiner ces principales parties
- faire un puzzle du système digestif
- visionner des films, présenter un diaporama, faire une recherche personnelle sur le sujet
- se servir d'un tableau schématique

D.1.1.9

Expliquer le fonctionnement du système digestif (absorption et élimination).

Moyens suggérés:

- visionner un film approprié à leur âge
- discussion sur l'élimination, l'importance d'éliminer: selles, urine, sueur

D.1.1.9 (suite)

- absorption: règles à respecter
 - boire le moins possible en mangeant
 - bien mastiquer
 - prendre le temps de manger

D.1.1.10

Identifier les principales parties du système respiratoire (poumons, voies respiratoires supérieures et inférieures)

Moyens suggérés:

- à l'aide d'un tableau anatomique, identifier les principales parties des voies respiratoires:
 - supérieures: nez, larynx, trachée, bronches, souches
 - inférieures: poumons, alvéoles
- visionner un film selon l'âge, présenter un diaporama
- faire un puzzle

D.1.1.11

Expliquer le fonctionnement des voies respiratoires

- L'inspiration (acte volontaire) augmente le volume de la cavité thoraxique par suite d'un effort musculaire, et comme la nature a horreur du vide, l'air entre par les voies respiratoires ouvertes et remplit l'espace accru en gonflant les poumons.
- L'expiration est un acte d'élasticité.

Moyens suggérés:

- observer son rythme respiratoire
- observer le rythme respiratoire d'un camarade

D.1.1.12

Identifier les causes autres que l'activité physique qui modifient le rythme des respirations.

Moyens suggérés:

- faire vivre des expériences, dans la mesure du possible, où le rythme respiratoire augmentera
- discussion sur la maladie, le stress, la cigarette, la sédentarité à long terme
- film sur ces thèmes
- rencontres avec: spécialistes, médecin, etc.

D.1.1.13

Identifier les effets de la nature de l'air (air pur, air semi-pollué, air pollué sur les poumons).

Moyens suggérés:

- discuter des facteurs causant la pollution
ex.: augmentation du CO₂ dans l'air due aux autos, usines, à la société
- sortie de groupe en campagne et en ville axée sur la pollution afin de les sensibiliser davantage
- visionner des films sur la pollution

D.1.1.14

Situer son profil de croissance selon une échelle de normes reconnue.

Moyens suggérés:

- en classe, prendre par groupe de deux, les mesures nécessaires: taille, poids, âge
- donner à chaque personne une échelle de croissance
- donner plusieurs exemples afin de mieux les orienter
- par la suite, ils devront se situer et pouvoir en situer d'autres
- matériel: balance, règle, mesure, échelle de croissance, projecteur

OBJECTIF TERMINAL: D.1.2 Expliquer quelques effets de l'activité physique sur le fonctionnement de son corps.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

D.1.2.1

Expliquer les effets immédiats de l'activité physique au niveau du système musculaire (transformation à l'intérieur de la fibre).

Moyens suggérés:

- présentation d'un "squelette" de muscles, d'un film
- comparaison d'une personne entraînée vs une personne sédentaire (comparaison musculaire)
- rencontre avec un athlète connu pour en discuter

D.1.2.2

Expliquer les changements du fonctionnement des poumons (respiration).

- meilleur échange O_2 - CO_2 au niveau des alvéoles
- augmentent la capacité respiratoire donc amènent moins de respiration à la minute

Moyen suggéré:

- démonstration d'une personne entraînée vs non entraînée, soit dans une discipline ou activité quelconque

D.1.2.3

Observer le rythme de sa respiration avant, pendant, après un exercice et après une phase de relaxation.

Moyens suggérés:

- ayant acquis auparavant qu'une respiration égale une inspiration plus une expiration, à l'aide d'un chronomètre, calculer la respiration avant l'exécution de l'exercice et après pour comparer
- effectuer un exercice léger, moyen, difficile et calculer la respiration
- discussion de groupe
- respiration normale 6-20/minute
- exemples d'animaux: chien qui se repose vs chien qui vient de courir
- fiche avec évaluation de récupération

	Nb battements	1 minute	2 minutes
Respiration le matin			
Respiration avant effort			
Respiration après effort léger			
Effort moyen			
Relaxation			

D.1.2.4

Expliquer les effets de l'activité physique sur le fonctionnement du système digestif.

Moyens suggérés:

- par un film, recherche personnelle, discussion, diaporama, rencontre avec spécialiste, faire réaliser les points suivants:
 - l'exercice amène une augmentation du tonus musculaire, un meilleur mouvement intestinal, une meilleure absorption et une meilleure élimination

D.1.2.4 (suite)

- l'exercice tout de suite après un repas peut être néfaste et amener des crampes ou encore des poings.

D.1.2.5

Prendre conscience des battements de son coeur avant, pendant et après l'exercice ainsi qu'après une phase de relaxation.

Moyens suggérés:

- leur faire vivre différentes expériences: faciles, moyennes, difficiles, au repos, où ils auront à vérifier leur pulsation et comparer avec la normale
 - système de fiches individuelles après un exercice organique
 - discussion sur le pourquoi
 - vérifier dans différentes situations de jeu les pulsations de l'enfant
 - faire le lien entre les battements, la récupération et la forme physique
- ex.: exercice facile
" moyen
" difficile

Récupération

Nom:	Nb battements	1 minute	2 minutes
Matin au lit			
Avant effort			
Effort (ballon prisonnier)			
100 mètres			
Relaxation			

OBJECTIF TERMINAL: D.1.3 Connaître les principes généraux de santé, d'hygiène et de nutrition.

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

D.1.3.1

Expliquer les caractéristiques d'un organisme en santé.

Moyens suggérés:

- par une discussion, faire ressortir les principaux points d'un organisme en santé:

D.1.3.2 (suite)

- bonne hygiène de vie, sommeil selon l'âge, alimentation selon l'âge, hydratation, exercice régulier, loisir (santé mentale), éliminer le stress, aucune cigarette, drogue et boisson
- visionner des films sur des gens faisant de l'exercice, sur la cigarette, la pollution, l'alimentation
- distribuer des feuillets spécifiques du sujet

D.1.3.3

Identifier les facteurs qui peuvent perturber la santé physique et mentale (causes internes et causes externes)

Moyens suggérés:

- faire ressortir les points suivants:
 - le stress, la cigarette, l'alimentation, un accident, la douleur, la peine, la sédentarité, la boisson
- discuter des différentes façons pour les éviter:
 - se renseigner, l'activité physique, le loisir, les rencontres sociales
 - apporter des exemples de situations
 - ex.: une mauvaise alimentation amène de l'acné à l'adolescence
 - la cigarette, la drogue amènent une perte de l'appétit
- visionner des diaporamas concernant ces sujets

D.1.3.4

Identifier les ressources humaines qui composent l'équipe de santé et leur champ d'action.

Moyens suggérés:

- identification en classe avec l'aide de schémas
- discussion de groupe
- rencontre avec des spécialistes comme l'infirmière de l'école, un médecin, un dentiste, une technicienne dentaire, une diététicienne et autres et définir leur rôle respectif au niveau de la santé
- ici l'on peut se référer à un C.L.S.C. pour d'autres informations et pour visite

D.1.3.5

Expliquer ce que comprend l'hygiène et de quelle façon elle contribue à la prévention et à l'amélioration de la santé.

- L'hygiène est la partie de la médecine qui traite des milieux où l'homme est appelé à vivre et de la manière de les modifier dans le sens le plus favorable à son développement (Larousse).

Moyens suggérés:

- en classe, définir la notion d'hygiène:
bonne intégrité au niveau de la peau ce qui comprend l'alimentation, le repos, un bon nettoyage, aucun stress, de l'activité physique, une hygiène bucco-dentaire, une hygiène mentale
- rencontre avec une hygiéniste dentaire, une infirmière et autres spécialistes
- films et diaporamas - discussion

D.1.3.6

Expliquer les principes d'hygiène physique qui se rattachent aux éléments suivants: peau, cheveux, ongles, bouche, oreilles, yeux, dents, vêtements, posture et les systèmes.

Moyens suggérés:

- discussion sur chaque sujet en rapport avec l'hygiène
- rencontre avec spécialistes: dermatologue, dentiste, ophtalmologiste
- visionner des films et diaporamas
- semaine de l'hygiène avec ateliers sur chaque sujet

D.1.3.7

Expliquer les principales règles d'hygiène qui favorisent un état de bien-être mental (sommeil, loisir, travail, éviter les stimulants...)

Moyens suggérés:

- discussion sur ce qu'est le bien-être mental:
se sentir bien dans sa peau, se sentir accepté par ses pairs, avoir de bonnes relations avec autrui, être capable d'éliminer le stress par des loisirs, avoir un sommeil récupérateur
- film sur les stimulants et les drogues
- semaine axée sur l'hygiène avec un atelier sur l'hygiène mentale

D.1.3.8

Expliquer le processus général de nutrition.

Moyens suggérés:

- avec l'aide de films, recherches et discussion, énumérer les principales composantes de l'appareil digestif

déglutition

ex.: - bouche et glandes salivaires

rôle: former le bol alimentaire

- estomac: rôle de réservoir, mélange les aliments avec sécrétions gastriques, évacuation vers l'intestin grêle
- intestin grêle: absorption
- colon
- glandes annexes: foie, pancréas
- au niveau de l'intestin grêle où se produit l'absorption, une partie de ces aliments sera transformée, à l'aide d'enzymes et d'hormones, en énergie pour aller nourrir les muscles, les os (croissance)

D.1.3.9

Identifier les grandes familles d'aliments.

Moyens suggérés:

- distribuer les fascicules de Santé et Bien-Etre social du Canada sur l'alimentation et les catégories d'aliments
- les énumérer et les expliquer tout en discutant:
 - produits laitiers
 - céréales
 - légumes et fruits
 - viandes
 selon l'âge
- semaine sur la nutrition avec une rencontre d'un spécialiste, soit une diététicienne
- visite d'un supermarché

Activités

- 1- les yeux fermés, j'essaie de découvrir les aliments par le toucher seulement
- 2- les yeux fermés, j'essaie de découvrir les aliments par le goûter seulement
- 3- faire un montage collectif en arts plastiques sur les bons aliments
- 4- composer une bulle pour faire parler un légume ou un fruit. Dans cette bulle, l'aliment identifie les éléments nutritifs qu'il contient.
- 5- identifier les aliments populaires l'été

D.1.3.10

Expliquer l'utilisation des aliments dans le processus de nutrition (composantes, rôle, provenance, absorption et élimination).

Moyens suggérés:

- par des films, conférences et discussions, faire ressortir les principales composantes de l'alimentation avec leur provenance:
 - visite d'un supermarché
 - associer les aliments à leur origine avec leur rôle
 - 1° énergétique
 - 2° croissance
 - 3° structure des tissus
- absorption au niveau de l'intestin grêle associée aux glandes annexes et élimination selon l'âge et l'activité à laquelle on s'adonnera
- ex.: ski de fond ou partie de cartes
- kiosque et rencontre avec diététiste lors de la semaine de nutrition

D.1.3.11

Identifier les principes d'une saine hygiène alimentaire.

Moyens suggérés:

- par une discussion en classe, faire réaliser qu'une saine hygiène alimentaire amène une sensation de bien-être physique, psychologique et émotionnel: c'est la base même à la survie de notre organisme. L'alimentation affecte autant l'apparence: peau, cheveux, dents, etc. que la personnalité, c'est-à-dire comportement, capacité au travail et la façon d'envisager la vie en général
- ex.: partir sans déjeuner
- être moche, moins fonctionnel, avoir moins le goût de travailler - au dîner, vouloir s'empiffrer pour compenser
- rencontre avec diététiste, film, semaine de nutrition
 - choix des aliments et goût adéquat (chips: acné)
 - quantité liquide à respecter
 - manger avant de se coucher peut être néfaste
 - ne pas travailler en mangeant, cela nuit à la digestion

Activités

- 1- organiser à l'intérieur de la classe un "déjeuner-causerie" sur l'importance du déjeuner
- 2- faire composer par les élèves différents menus où l'on retrouve toujours des repas équilibrés, c'est-à-dire comprenant les quatre grands groupes
- 3- chercher dans les journaux des articles parlant de l'alimentation et faire un retour en classe avec les élèves

OBJECTIF TERMINAL: D.1.4 Démontrer un goût à l'effort intense dans le cadre d'une activité physique.

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

D.1.4.1

Participer régulièrement à un minimum d'activités physiques de types occasionnel ou continu.

Moyens suggérés:

- planifier un minimum d'activités de plein air (escalade, canot, randonnée, remontée de rivière, ski, raquette) qui peuvent être continues
- planifier un programme d'activités hors des cours d'éducation physique pour l'année pour chaque classe
ex.: club du kilomètre
- faire vivre dans le cadre d'un cours des activités telles que base-ball, jogging, jeux de ballons, afin qu'ils aient le goût de continuer par la suite
ex.: jeux populaires

D.1.4.2

Expérimenter un certain dépassement de soi et s'adapter aux contraintes extérieures.

Moyens suggérés:

- camping nature d'une durée minimale de deux jours
- une journée de ski de fond en montagne (Lorsqu'il fait trop froid, skier autour du chalet de ski et entrer pour se réchauffer.)

Prendre comme habitude de ne jamais annuler une sortie à cause des intempéries mais plutôt s'y adapter. Apprendre aux enfants à s'habiller contre la pluie, le froid, la chaleur...

OBJECTIF TERMINAL: D.1.5 Participer activement à différentes formes d'activités physiques dont l'intensité et la durée varient.

OBJECTIFS INTERMEDIAIRES

D.1.5.1

Exécuter adéquatement, de sa propre initiative, divers exercices de mise en train.

D.1.5.1 (suite)

Moyens suggérés:

- jogging vite ou lent
- jogging en accélérant et décélérant
- déplacements divers en imitant un animal (grenouille, kangourou, cheval, etc.)
- jeu de poursuite un contre un ou en équipe contre équipe (pile ou face)
- jeu d'opposition, un contre un ou équipe contre équipe: prise de foulard, dribble un contre un, jeu des dix numéros, etc.
- se passer un engin (ballon, sac de fèves, etc.), à deux ou trois en se déplaçant
- jeu de poursuite ("tag") avec toutes sortes de variantes:
 - "tag" standard
 - " " pont
 - " " chenille (la queue et la tête pouvant "taguer")
- ballon-chasseur avec différentes variantes
- corde à danser seul ou en groupe (variantes)
- jogging ou course à deux, se dépasser à tour de rôle
- canoë
- le mur chinois
- les quatre coins
- écouter une pièce instrumentale très rythmée et danser en se laissant aller
(pièce lente et expressive et pièce rythmée favorisant les gestes rapides)

D.1.5.2

Effectuer l'effort nécessaire pour soulever ou déplacer des personnes ou des objets proportionnés à ses capacités.

Moyens suggérés:

- transporter ou soulever un objet tel que banc suédois, tapis de gymnastique, etc., seul ou avec des partenaires
- en groupe (10 à 20 personnes), soulever la fosse de saut en hauteur sur laquelle est assis l'enseignant
- push-up
- redressements assis seul ou à deux
- redressements assis par équipe, en se passant un ballon
- suspension à la barre fixe
- grimper au câble à grimper
- le rouleau à 3 (push up avec variantes)

D.1.5.2 (suite)

- jeu d'opposition à deux à l'intérieur d'un cercle dont le but est de pousser ou tirer son adversaire à l'extérieur du cercle
- exécuter X sauts variés (sur 1 pied, 2 pieds, cloche-pied, kangourou, petit bonhomme, etc.)
- jeu du miroir
ex.: une personne soulève un poids, l'autre (ballon médical, etc.) et l'autre ou les autres imitent
- la brouette à deux
- combat de titan (deux contre deux, en montant sur les épaules d'un ami)
- saut debout sur une trampoline

D.1.5.3

Démontrer de la souplesse dans l'exécution de différents mouvements.

Moyens suggérés:

- exprimer corporellement, à l'aide de mouvements expressifs, différents verbes d'action ou l'accent sera mis sur l'amplitude des mouvements
- exécuter des mimes de situations sportives
ex.: patineurs, skieurs, gymnastique

D.1.5.4

Améliorer ou maintenir le niveau de ses qualités organiques par des activités appropriées.

Moyen suggéré:

- activités physiques spontanées ou organisées d'une durée minimale d'une 1/2 heure par jour

D.1.5.5

Améliorer ou maintenir le niveau de ses qualités musculaires par des exercices ou des activités appropriés.

Moyens suggérés:

- 1- exercices de musculation
 - en se servant de poids appropriés à l'âge
 - par des exercices: l'espallier - se suspendre
- se soulever
 - avec des haltères
- 2- exercices qui permettent de tirer, pousser, transporter

D.1.5.5

- 3- exercices au sol: -push-up
-redressements assis
-flexion
- 4- présentation d'un programme de musculation en salle avec explication et démonstration

OBJECTIF TERMINAL: D.1.6 Démontrer une disponibilité à une pratique active et dilettante d'activités physiques.

OBJECTIFS INTERMÉDIAIRES

Moyens suggérés:

(Vérifier au kiosque d'information pour des feuillets de la région concernée.)

Exemples pour une région: (Estrie)

- | | |
|-----------------------|--|
| - ski alpin | Mont Bellevue, Mont Elan, North Hatley |
| - ski de fond | Mont Bellevue, Ferme Becquet
St-Denis de Brompton
Lac Montjoie
Katevale (aux Sommets)
à la Polyvalente Le Phare
Mont Orford
Golf Belvédère |
| - natation | Université, Cegop
Polyvalente Le Phare, Montcalm |
| - patinage artistique | Yvan Dugré
Palais des Sports |
| - patinage libre | Patinoires extérieures de la ville |
| - hêbertisme | Val Estrie (Waterville), Le Touret
Mont Bel-Air |
| - canotage | Lac des Nations |
| - escalade | Mont Pinacle, Mont Ste-Famille
Lac Larouche, Jouvence, Mont Chauve
Mont Ham |
| - foot-ball | formation et entraînement d'une équipe
(les polyvalentes de la régionale de l'Estrie) |
| - basket-ball | (Polyvalente Le Phare) |
| - tennis | cours à l'Université Bishop (9-10-11 ans) |
| - escrime | École Brébeuf |

D.1.6.2

S'inscrire et participer à des activités de son choix.

Moyens suggérés:

- activités d'initiation: clubs sportifs, sports inter-écoles...
- activités de participation: rendez-vous jeunesse
sports intra-muros
...

D.1.6.3

Agir comme participant ou spectateur aux grandes manifestations sportives.

Moyens suggérés:

Participant

- informer sur les différentes possibilités de s'inscrire à des activités sportives
ex.: hand-ball, hockey, patin de vitesse, ski alpin, ski de fond, escalade, tennis, natation
- organiser des journées sportives où l'enfant aura la possibilité de se mesurer à d'autres dans un climat de partage
 - journée sportive d'hiver - sur glace
 - " " d'été - piste d'athlétisme
- organiser des activités intra-murales

Bibliographie

Livres utilisés

- (1) Piscitelli, Nicolas, Atlas du corps humain. Grange Batelière S.A., Paris, 1973. 111 pages

- (2) Basmajian V. John, Anatomie. Maloine S.A. éditeurs, Paris, 1977. 461 pages

- (3) Vaunder, A.J., Sherman J.H., Luciano, D.S., Physiologie humaine. McGraw Hill éditeurs, 1977. 608 pages

- (4) Guyton, A.C., Physiologie de l'homme. Les éditions HRW Ltée, Montréal, 1974. 502 pages

- (5) Bouchard, C., Brunelle, J., Godbout, P., La valeur physique et le curriculum en éducation physique. Editions du Pélican, Ottawa, Canada, 1973. 110 pages

- (6) Gouvernement du Québec, Ministère de l'Éducation, Direction générale du développement pédagogique. Programme d'études au primaire, Éducation physique. Gouvernement du Québec, Ministère de l'Éducation, 1981. 92 pages

- (7) Agriculture Canada. Santé et bien-être social Canada. La nutrition à bon prix. Agriculture Canada, Publication 1651, 1980. 32 pages.

Suggestion de matérielFilms de l'O.N.F. (Office national du Film)Air!

2 min 3 sec 106 C 0372 079
 R: Paul Driessen P: Pierre Moretti

Au pays de King Size

6 min 44 sec 106 C 0268 079
 R: Kaj Pindal P: Robert Verral Welf Koenig

Bonjour, comment manges-vous?

Le système digestif	no: 1	106 C 0278 587
La croissance	no: 2	106 C 0278 588
Repas équilibré	no: 5	106 C 0278 591
Le pain et les céréales	no: 7	106 C 0278 593
Les fruits et les légumes	no: 8	106 C 0278 594
Les styles de vie	no: 13	106 C 0278 599

Produit: Gilles Ste-Marie et Associés pour Santé et Bien-
 Etre Social du Canada

Le campour décampe

7 min 23 sec 106 C 0266 045
 R: Gérald Potterton P: Georges Hayrand, Guy Glover

Caninabis

9 min 43 sec 106 C 0079 024
 R: Kaj Pindal P: Gaston Sarrault

La canne à pêche

29 min 30 sec 106 B 0259 087
 R: Fernand Dansereau

La cigarette? Parlons-en!

18 min 47 sec 106 B 0264 154
 R: Roger Blais

Le corps humain

Série de 6 émissions	
La bouche	106 C 0277 187
De la lèvre à l'estomac	106 C 0277 188
L'estomac	106 C 0277 189

Le corps humain (suite)

L'intestin grêle et le gros 106 C 0277 190
 Masculin ou féminin 106 C 0277 185
 Fille ou garçon 106 C 0277 186
 R: Gilles Sénécal P: Radio Canada

Dans un parc

6 min 13 sec 106 B 0271 066
 R: Georges Geertson P: Robert Verrall

Le jeu de l'hiver

14 min 53 sec 106 B 0262 023
 R: Bernard Gosselin, Jean Dansereau

Joie de vivre

21 min 28 sec 106 C 0273 665
 R: Visual Education Center

Klimbo - Pitka le pain rond

Série: Klimbo
 14 min 28 sec 106 C 0281 114
 R: Guy Comeau

Menu

22 min 106 C 0267 147
 R: Crawley Films Limited

Nos meilleurs amis

5 min 41 sec 106 C 0270 561
 R: Bob Browning P: Yvon Charette, Robert Verrall, Wolf Koenig

S.P.L.A.S.H.

12 min 32 sec 106 C 0280 525
 P: Michael Mills Production Limited

Sports divers

9 min 23 sec 106 C 0373 120
 R: Judith Klein P: Gaston Sarault

Le trésor des Grotocéans

15 min 32 sec 106 C 0080 041
 R: Co Hoedeman P: Gaston Sarault

- Autre possibilité que L'O.N.F.
Pour location de films à Montréal
- Agence Multi-Média
263-2585

- Films des Émissions Passe-Partout
- s'adresser au poste Radio ou au bureau de son centre

Adresse pour chartes

- Copyright Denoyer - Geppert Company
Chicago Illinois U.S.A.
All mounting by Denoyer Geppert Company
Printed by Dr. te Neues and Company
Kempfen, Western Germany

THEME (4)

MANIPULATION

Apprendre à jongler

présenté

par

M. Pierre Lavallée, E.P.

et

M. Marc Perron, E.P.

Commission Scolaire Catholique
de Sherbrooke

DEFINITIONS:

Jonglage: «lancer en l'air, les uns après les autres, divers objets que l'on relance à mesure qu'on les reçoit.»
(Petit Larousse)

«lancer en l'air, plusieurs boules ou autres objets qu'on reçoit et relance alternativement en entrecroisant leurs trajectoires.»
(Micro-Robert)

HISTORIQUE:

En 1584, «Discovery of Witchcrafts», par Reginald Scott, pour montrer que la sorcellerie n'était pas mêlée aux performances des jongleurs et manipulateurs d'objets.

En 1614, le premier livre officiel sur le jonglage apparaît «The Art of Juggling or Legerdemain.»

En 1634, «Hocus-Pocus Junior» sur la description des méthodes employées dans cet art.

OBJECTIFS DU PROGRAMME
DU MINISTÈRE (P.E.P.V.).

OBJECTIFS PRÉALABLES:

- P. 4.4.1 Projeter-recevoir avec ou sans outil.
P. 4.4.2 Projeter des objets avec différentes parties du corps:
projeter (l'une)
recevoir (l'autre)
P. 4.4.3 Attraper des objets lancés de façon adéquate en sa direction.

OBJECTIFS VISES:

- P. 4.1.3 Jongler avec différents objets en demeurant sur place ou en se déplaçant.
P. 4.2 Exercer un certain contrôle sur différents objets grâce à un contact constant ou intermittent.
D. 4.1.5 Jongler, dribbler, manipuler simultanément plusieurs objets.

JONGLAGE

COMPOSANTES INHÉRENTES
AU JONGLAGE:

- 1° Objets semblables ou différents;
- 2° Arrêt en mouvement (face à un mur);
- 3° Utiliser différentes parties du corps pour lancer-attraper;
- 4° Niveaux et trajectoires des lancers;
- 5° Différentes positions corporelles;
- 6° Cadences régulières ou irrégulières;
- 7° Directions des lancers (air-sol-mur);
- 8° Stable, en équilibre sur objets et/ou appareils, objets en équilibre sur soi;
- 9° Avec partenaire;
- 10° Avec outils.

TRUCS FACILITANT L'APPRENTISSAGE:

- Faire verbaliser:
- elance, attrape
 - elance, lance, attrape, attrape
 - Fixer une cible imaginaire.
 - Enphase sur le lancer précis plutôt que la réception, parce que celle-ci viendra plus facilement si le lancer est bien fait.
 - 3 ballons; départ-rebond.
 - Fixer les coudes en avant de soi.
 - Prise de consigne de la tension musculaire - détente.
 - « Je vise le sol de fèves déjà lancé mais je suis mauvais lanceurs.
 - « Un bon lanceur: le sac de fèves tombe aux pieds ».

- plusieurs répétitions de périodes courtes, meilleur que 1 ou 2 longues séquences

PROGRESSION EN JONGLAGE

1 OBJETS:

- lancer, attraper
- debout, genoux, assis, couché
- 1 main, 2 mains
- Expérimenter les niveaux.
- Différentes parties du corps.
- Déplacement ou non
- Directions (sol, air, mur)

2 OBJETS:

- 2 mains:
- exploration :
- exploitation :
- 1 main:
- Lancer une main et attraper avec la même (variations dans la courbe).
- Lance 2 mains:
 - attrape 2 mains
 - attrape 1 main
- Croisé:
 - Lance, lance, attrape, attrape
- Se servir des deux mains comme épaniers.
- Éliminer 1 main.
- Main dominante, main non-dominante.
- n.b.: Peut servir de départ pour 3 objets.

3 OBJETS:

- Lancer par la même main.
- Lancer croisé:
 - 2 premiers objets seulement, la même main.
 - 2 premiers objets seulement, 2 mains différentes.
 - Verbaliser adroite, gauches.
- n.b.: Ephase sur le lancer, la réception viendra avec le temps.

4 OBJETS:

- 2 objets seulement, lancés simultanément.
- Idem, plus troisième objet lancé par l. suite.
- 4 objets, 2 objets lancés à la fois.
- n.b.: Cadence, niveaux, direction.

Matériel proposé:

- sac de fèves
- balles
- ballons différents grosseurs
- anneaux (deck tennis)
- cerceaux
- foulards

THÈME (5)

ÉVALUATION

Commission Scolaire de Victoriaville

Education Physique

COMMISSION SCOLAIRE DE VICTORIAVILLE		ANNÉE SCOLAIRE 19 - 19	
NOM DE L'ÉCOLE		TÉLÉPHONE	
ADRESSE			
DIRECTEUR/ICE		ENSEIGNANT/IE	
NOM DE L'ÉLÈVE		PÈRE ☐ MÈRE ☐ TUTEUR ☐ AUTRE ☐	
PRÉNOM		NOM ET ADRESSE DU RÉPONDANT	
CODE PERMANENT			
DATE DE NAISSANCE		TEL.	

--

Signature de l'enseignant(e)

Signature du directeur ou de la directrice

1^{re} Communication

Observations générales sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

Attitude positive

☐

Place à amélioration

☐

Attitude négative

☐

Commentaires sur le comportement de l'enfant:

Commentaires des parents sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

Mon enfant aime l'éducation physique

oui

non

☐☐

Mon enfant se fait facilement des amis à l'école

☐☐

L'activité qu'il préfère en éducation physique, c'est: _____

Mon enfant a des problèmes de santé.

oui ☐

non ☐

Je précise: _____

2e communication

3e communication

4e communication

5e communication

1re année

LEGENDE: A - excellent
B - très bien
C - bien
D - éprouve des difficultés
E - faiblesse marquée

MOBILITE

- L'élève est capable de nommer les différentes parties de son corps.

- L'élève exécute des actions reliées à l'utilisation de l'espace.

- L'élève exerce un contrôle musculaire et respiratoire.

LOCOMOTION

- Avec de l'aide, l'élève exécute des actions et certains déplacements dans l'eau.

MANIPULATION

- L'élève exécute différentes actions avec différentes parties du corps.

- L'élève exerce un certain contrôle sur des objets à l'aide de différents outils.

* Facultatif en fonction des possibilités du milieu.

Comportements attendus

- L'élève identifie les différentes parties du corps.
- L'élève localise les différentes parties du corps (gauche, droite, avant, arrière).
- L'élève exécute une variété de mouvements en fonction de différentes articulations.

- L'élève reconnaît les trois niveaux: haut, moyen, bas.
- L'élève peut exécuter des actions en tenant compte des directions (vers le haut, vers le bas, vers l'avant, vers l'arrière).
- L'élève tient compte de l'étendue (grand, large, étroit, petit).

- L'élève explore les moyens d'économiser l'énergie musculaire dans un mouvement (contraction, relâchement, respiration).
- L'élève explore les moyens de récupérer l'énergie musculaire après certains mouvements (relaxation, respiration).

- L'élève glisse sur le ventre dans l'eau.
- L'élève glisse sur le dos dans l'eau.
- L'élève expire l'air de ses poumons dans l'eau.

- L'élève prend conscience des parties du corps utilisées lorsqu'il :
 - pousse,
 - tire,
 - roule,
 - soulève,
 - jongle,
 - lance.

- L'élève donne une direction à un objet à l'aide d'un outil (bâton).
- L'élève guide et transporte un objet à l'aide d'un outil (bâton).

Commentaires de l'enfant sur ce qu'il
fait en éducation physique

Commentaires, suggestions et re-
marques des parents sur les activités
physiques de l'enfant en classe ou à
la maison.

2e communication

2e communication

3e communication

3e communication

4e communication

4e communication

NOTES EXPLICATIVES AUX PARENTS

PROGRAMME

Le programme d'éducation physique favorise le développement intégral de l'enfant. Il propose des objectifs qui dépassent largement l'apprentissage du jeu individuel ou collectif. L'esprit du programme veut que le cours d'éducation physique soit l'occasion pour l'enfant de se connaître, de connaître les autres, de vivre des activités d'équipe et de s'exprimer par les moyens dont il dispose à son âge.

C'est à partir de situations vécues que l'enfant sera appelé à :

- connaître son corps;
- améliorer la coordination de ses mouvements;
- utiliser d'une façon profitable des objets, des outils et des instruments;
- ajuster ses mouvements aux conditions particulières de l'espace;
- faire équipe avec des partenaires afin de vaincre une équipe adverse;
- exprimer ses idées et ses sentiments.

ENSEIGNEMENT

L'enseignant(e) en éducation physique est son guide dans ses apprentissages. Ses interventions visent à stimuler et à soutenir l'enfant dans l'acquisition des connaissances, dans le développement de ses habiletés et de ses attitudes.

EVALUATION

Par l'évaluation, l'enseignant(e) en éducation physique vérifie si les différentes connaissances reliées aux objectifs du programme sont acquises progressivement par votre enfant et si le développement de ses habiletés se fait selon ce qu'on peut attendre d'un enfant de son âge. De plus, l'enseignant(e) observe régulièrement l'évolution du développement de certaines attitudes chez votre enfant.

Un rapport de ces évaluations vous est transmis par le présent document d'information afin de vous permettre de connaître le cheminement de votre enfant dans ses apprentissages en éducation physique.

Commission Scolaire de Victoriaville

Éducation Physique

COMMISSION SCOLAIRE DE VICTORIAVILLE		NÉF. SCOLAIRE 19 -19	
NOM DE L'ÉCOLE		NOM DE L'ÉLÈVE	
ADRESSE			
DIRECTEUR/TRICE		ENSEIGNANT/È	
NOM DE L'ÉLÈVE		PÈRE ☐ MÈRE ☐ TUTEUR ☐ AUTRE ☐	
PRÉNOM		NOM ET ADRESSE DU RÉPONDANT	
CODE PERMANENT		TEL	
DATE DE NAISSANCE			

--

Signature de l'enseignant(e)

Signature du directeur ou de la directrice

Observations générales sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

Attitude positive

☐

Place à amélioration

☐

Attitude négative

☐

Commentaires sur le comportement de l'enfant:

Commentaires des parents sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

oui

non

Mon enfant aime l'éducation physique

☐☐

Mon enfant se fait facilement des amis à l'école

☐☐

L'activité qu'il préfère en éducation physique, c'est: _____

Mon enfant a des problèmes de santé.

oui ☐

non ☐

Je précise: _____

2e communication

3e communication

4e communication

5e communication

2e année

LEGENDE: A - excellent
B - très bien
C - bien
D - éprouve des difficultés
E - faiblesse marquée

MOBILITE

- L'élève obtient une certaine stabilité dans ses postures.

- L'élève contrôle la vitesse et le rythme d'exécution.

LOCOMOTION

- L'élève se déplace dans l'eau peu profonde.

MANIPULATION

- L'élève contrôle des objets.

- L'élève lance et attrape des objets de différentes façons.

COOPERATION

- L'élève synchronise ses actions avec celles du partenaire pour accomplir une tâche commune.

OPPOSITION

- L'élève déjoue un poursuivant.

- Facultatif en fonction des possibilités du milieu.

5



- L'élève s'équilibre sur un pied dans différentes positions.
 - L'élève varie le nombre d'appuis au sol.
 - L'élève s'équilibre à différentes hauteurs dans différentes positions.
-
- L'élève différencie et accomplit une tâche d'une façon rapide et/ou lente.
 - L'élève accélère ou ralentit l'exécution d'un geste.
 - L'élève répète un geste simple en reproduisant la cadence.



- L'élève se maintient en surface et sur place durant 15 secondes.
- L'élève nage sur le ventre ou sur le dos.
- L'élève nage sous l'eau.



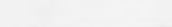
5



- L'élève pousse, tire, porte, soulève, passe des objets de différentes façons.
-
- L'élève lance un objet de différentes façons à différentes hauteurs.
 - L'élève arrête des objets avec différentes parties du corps.
 - L'élève attrape un objet à 1 ou 2 mains.



- L'élève transporte des objets en équipe.
- L'élève se déplace avec un partenaire en maintenant un contact.



6

- L'élève varie sa vitesse pour échapper à un poursuivant.
- L'élève change de direction brusquement pour échapper à un poursuivant.
- L'élève tourne sur lui-même pour déjouer un poursuivant.
- L'élève accélère ou ralentit dans le but d'échapper à un poursuivant.

Commentaires de l'enfant sur ce qu'il
fait en éducation physique

Commentaires, suggestions et re-
marques des parents sur les activités
physiques de l'enfant en classe ou à
la maison.

2e communication

2e communication

3e communication

3e communication

4e communication

4e communication

NOTES EXPLICATIVES AUX PARENTS

PROGRAMME

Le programme d'éducation physique favorise le développement intégral de l'enfant. Il propose des objectifs qui dépassent largement l'apprentissage du jeu individuel ou collectif. L'esprit du programme veut que le cours d'éducation physique soit l'occasion pour l'enfant de se connaître, de connaître les autres, de vivre des activités d'équipe et de s'exprimer par les moyens dont il dispose à son âge.

C'est à partir de situations vécues que l'enfant sera appelé à :

- connaître son corps;
- améliorer la coordination de ses mouvements;
- utiliser d'une façon profitable des objets, des outils et des instruments;
- ajuster ses mouvements aux conditions particulières de l'espace;
- faire équipe avec des partenaires afin de vaincre une équipe adverse;
- exprimer ses idées et ses sentiments.

ENSEIGNEMENT

L'enseignant(e) en éducation physique est son guide dans ses apprentissages. Ses interventions visent à stimuler et à soutenir l'enfant dans l'acquisition des connaissances, dans le développement de ses habiletés et de ses attitudes.

EVALUATION

Par l'évaluation, l'enseignant(e) en éducation physique vérifie si les différentes connaissances reliées aux objectifs du programme sont acquises progressivement par votre enfant et si le développement de ses habiletés se fait selon ce qu'on peut attendre d'un enfant de son âge. De plus, l'enseignant(e) observe régulièrement l'évolution du développement de certaines attitudes chez votre enfant.

Un rapport de ces évaluations vous est transmis par le présent document d'information afin de vous permettre de connaître le cheminement de votre enfant dans ses apprentissages en éducation physique.

Commission Scolaire de Victoriaville

Education Physique

COMMISSION SCOLAIRE DE VICTORIAVILLE		AN SCOLAIRE 19 -19	
NOM DE L'ÉCOLE		TÉLÉPHONE	
ADRESSE			
DIRECTEUR/TRICE		ENSEIGNANT/E	
NOM DE L'ÉLÈVE		PÈRE ☐ MÈRE ☐ TUTEUR ☐ AUTRE ☐	
PRÉNOM		NOM ET ADRESSE DU RÉPONDANT	
CODE PERMANENT			
DATE DE NAISSANCE		TÉL	

--

Signature de l'enseignant(e)

Signature du directeur ou de la directrice

1re Communication

Observations générales sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

Attitude positive

☐

Place à amélioration

☐

Attitude négative

☐

Commentaires sur le comportement de l'enfant:

Commentaires des parents sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

oui

non

Mon enfant aime l'éducation physique

☐☐

Mon enfant se fait facilement des amis à l'école

☐☐

L'activité qu'il préfère en éducation physique, c'est: _____

Mon enfant a des problèmes de santé.

oui ☐

non ☐

Je précise: _____

2e communication

3e communication

4e communication

5e communication

3e année

LEGENDE: A - excellent
B - très bien
C - bien
D - éprouve des difficultés
E - faiblesse marquée

MOBILITE

- L'élève ajuste les parties de son corps pour s'équilibrer lors de déplacements.

LOCOMOTION

- L'élève se déplace avec efficacité dans un éventail de situations.

- L'élève contrôle ses déplacements sur des objets véhiculants (patins, traîneaux, raquettes...).

- L'élève se déplace dans l'eau peu profonde de diverses façons.

MANIPULATION

- L'élève lance divers objets de différentes façons avec ou sans l'aide d'un outil (exemple: bâton de hockey).

- L'élève attrape un objet avec ou sans l'aide d'un outil.

COOPERATION

- L'élève coopère (collabore) avec ses partenaires lors de tâches communes.

OPPOSITION

- L'élève déjoue un adversaire en variant ses déplacements.

COOPERATION ET OPPOSITION

- L'élève exploite adéquatement l'espace dont il dispose lors d'un jeu collectif.

- L'élève joue différents rôles dans des activités de groupe.

- Facultatif en fonction des possibilités du milieu.

Comportements attendus

→ - L'élève réagit correctement pour rétablir son équilibre suite à un saut:

- sur trampoline,
- d'un point à un autre.

→ - L'élève se déplace en passant dessus, dessous, à l'intérieur, à l'extérieur d'obstacles.

→ - L'élève gravit des pentes plus ou moins abruptes en conservant son équilibre.

→ - L'élève saute en exécutant différentes rotations.

→ - L'élève se transporte en étant suspendu à des équipements (cordes).

→ - L'élève contrôle des virages et des arrêts dans les deux directions.

→ - L'élève se déplace à différentes vitesses en conservant son équilibre.

→ - L'élève expire dans l'eau.

→ - L'élève entre dans l'eau de différentes façons.

→ - L'élève nage d'un point à un autre.

→ - L'élève atteint une cible fixe ou mobile.

→ - L'élève lance un objet sur une cible avec un bâton de hockey ou un autre outil.

→ - L'élève rattrape un ballon après un bond.

→ - L'élève attrape un objet lancé dans sa direction.

→ - L'élève récupère un objet lancé dans sa direction avec différents outils.

→ - L'élève aide un partenaire dans l'exécution d'un travail commun.

→ - L'élève accepte l'aide d'un partenaire dans l'exécution d'un travail.

→ - L'élève participe activement à des jeux de groupe.

→ - L'élève rejoint un adversaire qui tente de lui échapper.

→ - L'élève atteint un adversaire grâce à un objet.

→ - L'élève déséquilibre et/ou immobilise un adversaire.

→ - L'élève se déplace de façon à aider ses partenaires.

→ - L'élève fait des passes à ses partenaires lorsqu'ils sont dans des espaces libres.

→ - L'élève facilite l'attaque en se plaçant dans des espaces libres.

→ - L'élève joue à différentes positions (gardien, défense, attaquant).

→ - L'élève ajuste son rôle en fonction de la situation de jeu.

Commentaires de l'enfant sur ce qu'il
fait en éducation physique

Commentaires, suggestions et re-
marques des parents sur les activités
physiques de l'enfant en classe ou à
la maison.

2e communication

2e communication

3e communication

3e communication

4e communication

4e communication

NOTES EXPLICATIVES AUX PARENTS

PROGRAMME

Le programme d'éducation physique favorise le développement intégral de l'enfant. Il propose des objectifs qui dépassent largement l'apprentissage du jeu individuel ou collectif. L'esprit du programme veut que le cours d'éducation physique soit l'occasion pour l'enfant de se connaître, de connaître les autres, de vivre des activités d'équipe et de s'exprimer par les moyens dont il dispose à son âge.

C'est à partir de situations vécues que l'enfant sera appelé à :

- connaître son corps;
- améliorer la coordination de ses mouvements;
- utiliser d'une façon profitable des objets, des outils et des instruments;
- ajuster ses mouvements aux conditions particulières de l'espace;
- faire équipe avec des partenaires afin de vaincre une équipe adverse;
- exprimer ses idées et ses sentiments.

ENSEIGNEMENT

L'enseignant(e) en éducation physique est son guide dans ses apprentissages. Ses interventions visent à stimuler et à soutenir l'enfant dans l'acquisition des connaissances, dans le développement de ses habiletés et de ses attitudes.

EVALUATION

Par l'évaluation, l'enseignant(e) en éducation physique vérifie si les différentes connaissances reliées aux objectifs du programme sont acquises progressivement par votre enfant et si le développement de ses habiletés se fait selon ce qu'on peut attendre d'un enfant de son âge. De plus, l'enseignant(e) observe régulièrement l'évolution du développement de certaines attitudes chez votre enfant.

Un rapport de ces évaluations vous est transmis par le présent document d'information afin de vous permettre de connaître le cheminement de votre enfant dans ses apprentissages en éducation physique.

Commission Scolaire de Victoriaville

Education Physique

COMMISSION SCOLAIRE DE VICTORIAVILLE		NÉE SCOLAIRE 19 19	
NOM DE L'ÉCOLE		N° DE L'ÉCOLE	
ADRESSE			
DIRECTEUR/TRICE		ENSEIGNANT/E	
NOM DE L'ÉLÈVE		PÈRE ☐ MÈRE ☐ TUTEUR ☐ AUTRE ☐	
PRÉNOM		NOM ET ADRESSE DU RÉPONDANT	
CODE PERMANENT		TEL	
DATE DE NAISSANCE			

--

Signature de l'enseignant(e)

Signature du directeur ou de la directrice

Observations générales sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

Attitude positive	☐
Place à amélioration	☐
Attitude négative	☐
Commentaires sur le comportement de l'enfant:	

Commentaires des parents sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

	oui	non
Mon enfant aime l'éducation physique	☐	☐
Mon enfant se fait facilement des amis à l'école	☐	☐
L'activité qu'il préfère en éducation physique, c'est: _____		
Mon enfant a des problèmes de santé.	oui ☐	non ☐
Je précise: _____		

4^e année

LEGENDE: A - excellent
 B - très bien
 C - bien
 D - éprouve des difficultés
 E - faiblesse marquée

2 ^e communication	3 ^e communication	4 ^e communication	5 ^e communication	
				MOBILITE - L'élève exécute différents mouvements d'équilibre sur place.
				- L'élève enchaîne différents mouvements en contrôlant la vitesse d'exécution.
				LOCOMOTION - L'élève contrôle ses déplacements sur différents objets véhiculants et sur des terrains variés.
				- L'élève contrôle ses déplacements par rapport à son milieu.
				- L'élève se déplace dans l'eau sur des distances variées en contrôlant sa respiration.
				MANIPULATION - L'élève contrôle le maniement de certains outils et objets dans des activités particulières.
				COOPERATION - L'élève s'ajuste aux capacités de ses partenaires et aux buts de l'activité.
				- L'élève participe activement en équipe à la réalisation d'une tâche.
				OPPOSITION - L'élève tire le maximum d'avantages pour accomplir ses actions offensives.
				- L'élève donne au cours d'une confrontation le meilleur de lui-même.

• Facultatif en fonction des possibilités du milieu.

Comportements attendus

- L'élève garde son équilibre sur une variété de points d'appui.
- L'élève garde son équilibre en changeant de position.
- L'élève conserve son équilibre en finissant l'exécution d'un mouvement.
- L'élève conserve son équilibre sur différentes surfaces.

- L'élève exécute des mouvements en variant (le niveau, la direction, l'étendue, la vitesse, le rythme et l'intensité).

- L'élève contrôle des arrêts, des virages dans différentes directions.
- L'élève garde son équilibre en se déplaçant à grande vitesse.
- L'élève choisit la meilleure façon de se déplacer sur un terrain accidenté.

- L'élève coordonne son corps dans les actions de grimper, de ramper, de sauter...
- L'élève contrôle la position de son corps dans ses déplacements au sol sur des objets surélevés ou dans les airs.

- L'élève doit réussir le niveau «rouge» du programme de natation de la Croix-Rouge (cf. carnet de l'élève).

- L'élève lance des objets avec ou sans l'aide d'un outil.
- L'élève déplace des objets lourds à l'aide d'outils.
- L'élève franchit des obstacles à l'aide d'outils.

- L'élève lance des objets (balles, ballons) à un partenaire en tenant compte de ses capacités de recevoir.

- L'élève participe à l'organisation d'un jeu.
- L'élève collabore avec d'autres au bon déroulement d'une activité.

- L'élève varie ses prises et ses attaques pour déséquilibrer l'adversaire (lutte, judo).

- L'élève fournit un effort soutenu malgré un résultat final anticipé (victoire, défaite).

Commentaires de l'enfant sur ce qu'il
fait en éducation physique

Commentaires, suggestions et re-
marques des parents sur les activités
physiques de l'enfant en classe ou à
la maison.

2e communication

2e communication

3e communication

3e communication

4e communication

4e communication

NOTES EXPLICATIVES AUX PARENTS

PROGRAMME

Le programme d'éducation physique favorise le développement intégral de l'enfant. Il propose des objectifs qui dépassent largement l'apprentissage du jeu individuel ou collectif. L'esprit du programme veut que le cours d'éducation physique soit l'occasion pour l'enfant de se connaître, de connaître les autres, de vivre des activités d'équipe et de s'exprimer par les moyens dont il dispose à son âge.

C'est à partir de situations vécues que l'enfant sera appelé à :

- connaître son corps;
- améliorer la coordination de ses mouvements;
- utiliser d'une façon profitable des objets, des outils et des instruments;
- ajuster ses mouvements aux conditions particulières de l'espace;
- faire équipe avec des partenaires afin de vaincre une équipe adverse;
- exprimer ses idées et ses sentiments.

ENSEIGNEMENT

L'enseignant(e) en éducation physique est son guide dans ses apprentissages. Ses interventions visent à stimuler et à soutenir l'enfant dans l'acquisition des connaissances, dans le développement de ses habiletés et de ses attitudes.

EVALUATION

Par l'évaluation, l'enseignant(e) en éducation physique vérifie si les différentes connaissances reliées aux objectifs du programme sont acquises progressivement par votre enfant et si le développement de ses habiletés se fait selon ce qu'on peut attendre d'un enfant de son âge. De plus, l'enseignant(e) observe régulièrement l'évolution du développement de certaines attitudes chez votre enfant.

Un rapport de ces évaluations vous est transmis par le présent document d'information afin de vous permettre de connaître le cheminement de votre enfant dans ses apprentissages en éducation physique.

Commission Scolaire de Victoriaville

Education Physique

COMMISSION SCOLAIRE DE VICTORIANVILLE		SCOLAIRE 19 -19	
NOM DE L'ÉCOLE		TÉLÉPHONE	
ADRESSE			
DIRECTEUR/TRICE		ENSEIGNANT/E	
NOM DE L'ÉLÈVE		PÈRE ☐ MÈRE ☐ TUTEUR ☐ AUTRE ☐	
PRÉNOM		NOM ET ADRESSE DU RÉPONDANT	
CODE PERMANENT			
DATE DE NAISSANCE		TEL	

--

Signature de l'enseignant(e)

Signature du directeur ou de la directrice

1re Communication

Observations générales sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

Attitude positive

☐

Place à amélioration

☐

Attitude négative

☐

Commentaires sur le comportement de l'enfant:

Commentaires des parents sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

oui

non

Mon enfant aime l'éducation physique

☐☐

Mon enfant se fait facilement des amis à l'école

☐☐

L'activité qu'il préfère en éducation physique, c'est: _____

Mon enfant a des problèmes de santé.

oui ☐

non ☐

Je précise: _____

5e année					LEGENDE:	A	· excellent
					B	· très bien	
					C	· bien	
					D	· éprouve des difficultés	
					E	· faiblesse marquée	
2e communication							
3e communication							
4e communication							
5e communication							
				EFFORT PHYSIQUE	←		
- L'élève participe à diverses formes d'activités physiques faisant appel à des efforts organiques (cœur, poumons) et musculaires.							
				LOCOMOTION	←		
- L'élève contrôle différentes formes de déplacements lors de leurs enchaînements.							
				- L'élève contrôle ses déplacements sur divers objets véhiculants (patin, ski, planche à roulettes, raquettes) sur des terrains accidentés.	←		
				MANIPULATION	←		
- L'élève contrôle le maniement de certains outils dans des activités particulières (ex. : hockey salon).							
				- L'élève lance et attrape efficacement des objets dans différentes activités.	←		
				COOPERATION	←		
- L'élève ajuste ses actions aux capacités de ses partenaires.							
				- L'élève participe activement, en équipe, à l'accomplissement d'une tâche.	←		
				OPPOSITION	←		
- L'élève neutralise l'attaque d'un ou plusieurs adversaires.							
				- L'élève prend avantage des actions défensives de ses adversaires.	←		
				CONFRONTATION	←		
- L'élève donne le meilleur de lui-même lors d'une partie et démontre par sa conduite un esprit sportif face à des adversaires.							
				COOPERATION ET OPPOSITION	←		
- L'élève, en équipe, participe à l'adoption d'une stratégie offensive.							
				- L'élève, en équipe, participe à l'adoption d'une stratégie défensive.	←		

Comportements attendus

→	- L'élève produit un effort approprié tout au long de l'activité. - L'élève est en mesure de faire ses propres exercices, dès qu'il est en train. - L'élève se déplace rapidement sur une piste ou sur une longue distance.
→	- L'élève enchaîne une course et un saut tout en contrôlant sa réception afin de franchir un obstacle. - L'élève enchaîne différents déplacements sur un objet surélevé (poutre d'équilibre). - L'élève exécute une courte routine (course, saut, roulade).
→	- L'élève peut monter et descendre les pentes. - L'élève peut effectuer des virages contrôlés dans plusieurs directions. - L'élève peut exécuter des arrêts à volonté. - L'élève peut se déplacer à différentes vitesses en conservant son équilibre tout en évitant les obstacles.
→	- L'élève se sert d'un outil pour se protéger ou défendre un territoire. - L'élève se sert d'un outil lors d'activités sportives et de façon sécuritaire.
→	- L'élève lance un objet à un partenaire immobile ou en mouvement. - L'élève échange avec un partenaire un objet avec l'aide d'un outil.
→	- L'élève franchit en groupe différents obstacles en utilisant les capacités de chacun. - L'élève se déplace à deux ou plusieurs en ajustant sa vitesse à celle de son ou de ses partenaires.
→	- L'élève joue plusieurs rôles dans l'organisation d'une activité de groupe.
→	- L'élève résiste, s'esquive et protège son territoire en occupant des positions stratégiques sur le terrain.
→	- L'élève se place et se déplace de façon à exploiter avantageusement les territoires adverses ou communs.
→	- L'élève fournit un effort soutenu quelque soit le résultat anticipé (victoire ou défaite). - L'élève félicite les joueurs de leur succès et respecte ses adversaires et ses partenaires.
→	- L'élève en position d'attaque, se déplace de façon à aider ses partenaires et signale au porteur de l'objet, le meilleur endroit pour faire progresser l'attaque. - L'élève en position d'attaque se place en bonne position pour recevoir le ballon. - L'élève en position d'attaque fait des passes et lance au moment opportun dans le but d'atteindre une cible.
→	- L'élève en position défensive surveille un adversaire de façon à neutraliser ses actions offensives. - L'élève en position défensive intercepte les passes de ses adversaires.

Commentaires de l'enfant sur ce qu'il
fait en éducation physique

Commentaires, suggestions et re-
marques des parents sur les activités
physiques de l'enfant en classe ou à
la maison.

2e communication

2e communication

3e communication

3e communication

4e communication

4e communication

NOTES EXPLICATIVES AUX PARENTS

PROGRAMME

Le programme d'éducation physique favorise le développement intégral de l'enfant. Il propose des objectifs qui dépassent largement l'apprentissage du jeu individuel ou collectif. L'esprit du programme veut que le cours d'éducation physique soit l'occasion pour l'enfant de se connaître, de connaître les autres, de vivre des activités d'équipe et de s'exprimer par les moyens dont il dispose à son âge.

C'est à partir de situations vécues que l'enfant sera appelé à :

- connaître son corps;
- améliorer la coordination de ses mouvements;
- utiliser d'une façon profitable des objets, des outils et des instruments;
- ajuster ses mouvements aux conditions particulières de l'espace;
- faire équipe avec des partenaires afin de vaincre une équipe adverse;
- exprimer ses idées et ses sentiments.

ENSEIGNEMENT

L'enseignant(e) en éducation physique est son guide dans ses apprentissages. Ses interventions visent à stimuler et à soutenir l'enfant dans l'acquisition des connaissances, dans le développement de ses habiletés et de ses attitudes.

ÉVALUATION

Par l'évaluation, l'enseignant(e) en éducation physique vérifie si les différentes connaissances reliées aux objectifs du programme sont acquises progressivement par votre enfant et si le développement de ses habiletés se fait selon ce qu'on peut attendre d'un enfant de son âge. De plus, l'enseignant(e) observe régulièrement l'évolution du développement de certaines attitudes chez votre enfant.

Un rapport de ces évaluations vous est transmis par le présent document d'information afin de vous permettre de connaître le cheminement de votre enfant dans ses apprentissages en éducation physique.

Commission Scolaire de Victoriaville

Education Physique

COMMISSION SCOLAIRE DE VICTORIAVILLE		AN SCOLAIRE 19 .19	
NOM DE L'ÉCOLE		TÉLÉPHONE	
ADRESSE			
DIRECTEUR/TRICE		ENSEIGNANTE	
NOM DE L'ÉLÈVE		PÈRE ☐ MÈRE ☐ TUTEUR ☐ AUTRE ☐	
PRÉNOM		NOM ET ADRESSE DU RÉPONDANT	
CODE PERMANENT			
DATE DE NAISSANCE		TEL	

Signature de l'enseignant(e)

Signature du directeur ou de la directrice

Observations générales sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

Attitude positive

☐

Place à amélioration

☐

Attitude négative

☐

Commentaires sur le comportement de l'enfant:

Commentaires des parents sur l'adaptation de l'enfant en classe d'éducation physique:

oui

non

Mon enfant aime l'éducation physique

☐☐

Mon enfant se fait facilement des amis à l'école

☐☐

L'activité qu'il préfère en éducation physique, c'est: _____

Mon enfant a des problèmes de santé.

oui ☐

non ☐

Je précise: _____

6^e année

LEGENDE: A - excellent
B - très bien
C - bien
D - éprouve des difficultés
E - faiblesse marquée

2 ^e communication	3 ^e communication	4 ^e communication	5 ^e communication	
				EFFORT PHYSIQUE - L'élève perçoit les effets de l'activité physique sur son corps. - L'élève participe à différentes activités faisant appel à des capacités organiques (cœur, poumons, circulation) et musculaires.
				LOCOMOTION - L'élève contrôle ses mouvements dans les airs et au sol.
				COOPERATION - L'élève aide un ou plusieurs partenaires dans une activité. - L'élève participe à un travail d'équipe.
				OPPOSITION - L'élève neutralise l'action offensive d'un adversaire. - L'élève prend avantage de la défensive de ses adversaires. - L'élève donne le meilleur de lui-même pendant une activité.
				COOPERATION - OPPOSITION - L'élève prévoit des stratégies offensives avec ses partenaires. - L'élève exécute des actions avec ses partenaires en fonction d'une stratégie défensive.

Comportements attendus

- L'élève explique en ses mots les termes suivants:
battements cardiaques,
rythme respiratoire,
sudation.

- L'élève répartit ses efforts en fonction de distances
variées.
- L'élève répartit ses efforts en fonction des activités.

- L'élève fait des envois à partir d'un tremplin. Il contrôle sa
position dans les airs. Il contrôle sa réception au sol.

- L'élève aide un partenaire à exécuter des mouvements
acrobatiques.

- L'élève transporte des objets en équipe en tenant compte
des capacités des autres.

- L'élève organise un jeu avec son équipe.

- L'élève collabore avec son équipe pour atteindre un but.

- L'élève maîtrise un adversaire.

- L'élève fait des prises d'immobilisation.

- L'élève varie ses feintes.

- L'élève varie ses déplacements.

- L'élève exploite à son avantage le jeu des adversaires.

- L'élève fournit un effort soutenu jusqu'à la fin, peu importe
le résultat entrevu.

- L'élève se déplace pour faire une diversion.

- L'élève fait progresser l'objet pour déséquilibrer la défense
adverse.

- L'élève déjoue l'action défensive de l'équipe adverse en
utilisant des feintes ou des tactiques.

Commentaires de l'enfant sur ce qu'il
fait en éducation physique

Commentaires, suggestions et re-
marques des parents sur les activités
physiques de l'enfant en classe ou à
la maison.

2e communication

2e communication

3e communication

3e communication

4e communication

4e communication

NOTES EXPLICATIVES AUX PARENTS

PROGRAMME

Le programme d'éducation physique favorise le développement intégral de l'enfant. Il propose des objectifs qui dépassent largement l'apprentissage du jeu individuel ou collectif. L'esprit du programme veut que le cours d'éducation physique soit l'occasion pour l'enfant de se connaître, de connaître les autres, de vivre des activités d'équipe et de s'exprimer par les moyens dont il dispose à son âge.

C'est à partir de situations vécues que l'enfant sera appelé à :

- connaître son corps;
- améliorer la coordination de ses mouvements;
- utiliser d'une façon profitable des objets, des outils et des instruments;
- ajuster ses mouvements aux conditions particulières de l'espace;
- faire équipe avec des partenaires afin de vaincre une équipe adverse;
- exprimer ses idées et ses sentiments.

ENSEIGNEMENT

L'enseignant(e) en éducation physique est son guide dans ses apprentissages. Ses interventions visent à stimuler et à soutenir l'enfant dans l'acquisition des connaissances, dans le développement de ses habiletés et de ses attitudes.

EVALUATION

Par l'évaluation, l'enseignant(e) en éducation physique vérifie si les différentes connaissances reliées aux objectifs du programme sont acquises progressivement par votre enfant et si le développement de ses habiletés se fait selon ce qu'on peut attendre d'un enfant de son âge. De plus, l'enseignant(e) observe régulièrement l'évolution du développement de certaines attitudes chez votre enfant.

Un rapport de ces évaluations vous est transmis par le présent document d'information afin de vous permettre de connaître le cheminement de votre enfant dans ses apprentissages en éducation physique.

THÈME (6)

PLANIFICATION

THÈME (7)

PERFECTIONNEMENT

UNIVERSITE DE SHERBROOKE
FACULTE D'EDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE

Projet de
DIPLOME D'INTERVENTION EN ACTIVITE
PHYSIQUE

Février 1984

DOSSIER D'OPPORTUNITÉ

INTRODUCTION

Cette première partie du dossier (de présentation du projet de diplôme d'intervention en activité physique) se veut une justification de l'opportunité de la mise en oeuvre d'un tel programme.

Cette justification sera basée essentiellement sur les éléments suivants:

1. L'évolution de l'activité professionnelle en éducation physique au Québec.
2. L'évolution des programmes à la Faculté d'éducation physique et sportive de l'Université de Sherbrooke.
3. L'état des besoins exprimés.
4. Les conséquences de ces différents constats par rapport à l'émergence d'un nouveau programme.

1. L'ÉVOLUTION DE L'ACTIVITÉ PROFESSIONNELLE EN ÉDUCATION PHYSIQUE AU QUÉBEC

Dans le dossier d'opportunité qui avait été constitué à l'occasion de la révision et de la modification du programme de baccalauréat en activité physique(1), nous avons brossé un tableau de l'évolution professionnelle au Québec.

Nous voulons ici reprendre les grandes lignes de cette évolution afin que le lecteur puisse situer plus précisément le projet de programme actuel:

- Il est ressorti de cette étude que l'éducation physique s'est tout d'abord implantée dans le milieu scolaire au Québec: dans un premier temps, au secondaire, puis au collégial et, par la suite, au primaire;
- des programmes universitaires de 1^{er} cycle ont donc vu le jour afin de préparer des professionnels à oeuvrer dans le milieu scolaire;
- il ressort également que le milieu scolaire fut le milieu privilégié d'accueil des diplômés universitaires jusqu'à la fin des années soixante-dix. Cependant, depuis environ cinq ans, compte tenu de l'évolution autant démographique que socio-économique, ce milieu semble avoir atteint un certain niveau de saturation quant à sa capacité d'accueillir de nouveaux diplômés. Il n'en reste pas moins que les différents niveaux du réseau scolaire québécois disposent d'un grand nombre de diplômés expérimentés qui pourraient actuellement être à la recherche d'un perfectionnement orienté vers les activités professionnelles utilisées dans leur travail;
- un autre constat important porte sur l'évolution du secteur disciplinaire. Depuis l'introduction de l'éducation physique dans les écoles, de même que la création de programmes universitaires au Québec (Université McGill: 1945, Université Laval: 1954, Université de Montréal: 1955, Université de Sherbrooke: 1963), et la sortie des premiers diplômés, la recherche sur la connaissance de l'homme en mouvement s'est développée autant au Québec qu'ailleurs dans le monde.

(1) Dossier de révision du programme de baccalauréat en éducation physique, juin 1981.

Par conséquent, nous nous retrouvons avec un bagage de connaissances théoriques disponibles autant pour les étudiants en phase de préparation que pour les gradués des programmes universitaires en éducation physique;

- certaines universités québécoises se sont donc préoccupées d'offrir aux étudiants gradués des programmes de 2^e et 3^e cycles principalement orientés vers l'acquisition et l'amélioration des connaissances fondamentales (Université de Montréal, Université Laval, Université de Sherbrooke, Université du Québec à Montréal, Université du Québec à Trois-Rivières, Université McGill). Il apparaît cependant que les programmes à caractère professionnel (Université de Montréal, Université Laval, Université McGill) qui visent à préparer des intervenants dans divers secteurs d'implication des professionnels de l'activité physique sont moins nombreux et plus fréquentés;
- enfin, l'évolution de l'éducation physique au Québec révèle qu'une nouvelle voie s'est développée de façon très marquée depuis une dizaine d'années. C'est celle de la pratique de l'activité physique, en dehors du cadre de l'école, par des clientèles diversifiées (exemple: adultes, femmes enceintes, troisième âge, etc.) et ayant des objectifs particuliers. L'adaptation des programmes de formation professionnelle (premier cycle) universitaire à ces nouveaux besoins est très lente et toute récente (exemple: Université de Sherbrooke: programme renouvelé, 1981).

2. L'ÉVOLUTION DES PROGRAMMES À LA FACULTÉ D'ÉDUCATION PHYSIQUE ET SPORTIVE DE L'UNIVERSITÉ DE SHERBROOKE

Depuis l'instauration de son premier programme en éducation physique, en 1963, l'Université de Sherbrooke a toujours eu une préoccupation centrale qui est de préparer le mieux possible un professionnel de l'activité physique apte à oeuvrer dans différents milieux d'intervention.

De 1963 à 1970, moment où s'est déroulée la première révision importante du programme, l'orientation était centrée sur la préparation d'enseignants spécialisés en éducation physique principalement pour les niveaux secondaire et collégial.

A partir de 1970, le programme de baccalauréat en éducation physique visait prioritairement la préparation de la même clientèle, tout en ajoutant le volet primaire. De plus, à l'intérieur de ce programme, grâce à des cours au choix, il était fourni aux étudiants une possibilité de teinter leur préparation en fonction d'un premier secteur d'application extrascolaire, soit celui de l'entraînement sportif. Notre programme s'ouvrait alors vers de nouveaux besoins qui se confirmeront par la suite.

En 1977, la Faculté s'est dotée d'un programme de deuxième cycle, de type recherche, orienté sur la connaissance et la recherche relatives à l'homme en mouvement (maîtrise en kinanthropologie).

De 1976 à 1980, la Faculté décida de remettre en question et d'évaluer son programme de premier cycle en éducation physique. Il en résulta un long processus de consultation fait auprès de différents groupes: étudiants de la Faculté, anciens, professeurs, professionnels provenant de différents milieux d'intervention, Ministère de l'éducation du Québec.

Toutes ces démarches et consultations aboutirent, en juin 1981, à l'adoption d'un programme révisé de baccalauréat en activité physique.

Voici les principales caractéristiques de ce programme:

1. L'emphase est maintenue et même renforcée par rapport à la préparation à l'intervention (cours - stages - séminaires).

2. Cette emphase sur la préparation à l'intervention est mise autant vers la préparation à l'enseignement que vers la préparation à l'intervention en dehors de l'école.
3. Les exigences du marché du travail, de même que des connaissances scientifiques provoquèrent la mise sur pied d'un programme à deux volets, au-delà d'un tronc commun de connaissances de base (kinanthropologie) et de connaissances relatives à l'intervention comme telle: secteur scolaire - secteur extrascolaire.

En conclusion à ceci, il apparaît logique de vouloir prolonger ces orientations prises dans le cadre de notre programme de premier cycle. Ce prolongement se voudra alors une suite logique qui permettrait aux professionnels déjà sur le marché du travail d'approfondir leurs connaissances et de raffiner leur intervention en activité physique, qu'ils soient orientés vers le milieu scolaire ou extrascolaire.

3. L'ETAT DES BESOINS EXPRIMES

3.1 Situation générale:

Un constat général prévaut au niveau des professionnels de l'activité physique oeuvrant autant dans le milieu scolaire, que dans les milieux extrascolaires: il est nécessaire de définir des formules et des programmes (s'il y a lieu) pour permettre aux intervenants du milieu de se perfectionner.

Cet énoncé émerge de différentes constatations dont voici les principales:

- a) Vieillissement d'un personnel professionnel déjà en place.
- b) Elaboration et mise en place de nouveaux programmes et de nouvelles activités dans le milieu (exemples: implantation du nouveau programme, au primaire, en éducation physique; mise sur pied de programmes d'activités physiques dans les industries).
- c) Énoncé de nouvelles approches pédagogiques basées sur les besoins des apprenants (participants).
- d) Avancement des connaissances fondamentales dans le secteur de l'activité physique.
- e) Réorientation et mise sur pied de nouveaux programmes universitaires axés sur la préparation professionnelle.

3.2 Le perfectionnement des intervenants spécialisés en milieu scolaire:

Pour bien comprendre la problématique qui leur est spécifique, il faut la mettre en rapport avec l'évolution de leur milieu de travail propre.

a) L'Ecole Québécoise:

Dans le contexte d'une vaste rénovation du système scolaire québécois, le Ministère de l'éducation confie en 1977, à la Direction des programmes, le mandat d'élaborer de nouveaux documents pour l'ensemble des disciplines de l'enseignement primaire et secondaire.

Précisant les lignes directrices qui doivent guider l'élaboration de ces documents le Ministère de l'éducation indique qu'il faut:

"fournir aux commissions scolaires, aux responsables de la pédagogie et aux enseignants un ensemble de programmes clairs et cohérents dans leur contenu notionnel et dans leurs objectifs;

assurer une adéquation entre les objectifs de formation et l'évaluation des apprentissages reliés à ces objectifs;

définir, à travers les objectifs de formation, le niveau minimal de la qualité de l'éducation à assurer à l'ensemble des élèves du Québec" (1).

Les lignes directrices qui ont guidé l'élaboration des programmes ont fait en sorte de reconnaître l'éducation physique comme une discipline centrée sur le développement de la personne en tant que totalité agissante "La personne est corps, intelligence, affectivité. Elle a une dimension sociale."

En s'inscrivant dans cette démarche, les intervenants ont opté pour respecter le processus naturel d'apprentissage, de développement et de croissance des enfants. Le nouveau défi pour les intervenants consiste alors à intervenir d'une façon pertinente et dynamique aux différentes étapes du processus.

b) La formation et le perfectionnement des enseignants du primaire et du secondaire:

De façon à pouvoir opérationnaliser les intentions inscrites dans le projet d'Ecole Québécoise, le Comité d'étude sur la formation et le perfectionnement des enseignants (C.E.F.P.E.) reconnaissait, en accord avec le plan général de perfectionnement pour les niveaux primaire et secondaire du Ministère de l'éducation du Québec, les formes de perfectionnement suivantes (mars 1981): rattrapage, mise à jour, perfectionnement, recyclage et réorientation.

Dans le contexte des professionnels en éducation physique, ce sont les formes suivantes qu'il y a lieu de retenir: la mise à jour, le recyclage et le programme de perfectionnement.

La mise à jour "consiste à corriger une faiblesse générale, à résoudre un problème commun, à s'initier à de nouvelles méthodes ou à évaluer les résultats obtenus pendant une période donnée".

Par le recyclage, on entend "l'acquisition d'un supplément de formation qu'exigent des changements d'une certaine importance, tels que l'adoption de nouvelles méthodes, de nouveaux programmes ou une modification dans l'affectation d'un enseignant".

"Le perfectionnement, quant à lui, mise sur l'approfondissement des connaissances pertinentes, sur la base de celles déjà acquises antérieurement (programme de premier cycle) (expériences dans le milieu) et en fonction d'une capacité d'application à des situations réelles".

(1) Ministère de l'éducation, Cadre relatif à l'élaboration des programmes et des pédagogies, Direction des programmes, D.G.D.P., février 1978, page 6.

En ce qui concerne le rattrapage et la réorientation, il semble que ces deux formes de perfectionnement ne soient pas pertinentes dans le contexte des spécialistes en éducation physique du milieu scolaire.

c) Conséquences de l'implantation du programme d'études, primaire, éducation physique:

Compte tenu des différences entre le présent programme et celui de 1970, de la situation d'isolement de l'enseignant en éducation physique au primaire et de l'existence d'une proportion importante de généralistes oeuvrant en éducation physique au premier cycle du primaire, le Ministère recommande à toutes les commissions scolaires d'accorder à leurs enseignants tout le temps et les moyens nécessaires pour leur permettre d'acquérir:

- une bonne compréhension du programme,
- la possibilité d'effectuer leur planification pédagogique locale et enfin
- la possibilité de se perfectionner sur des points où ils éprouveraient des besoins.

d) Les besoins de perfectionnement exprimés par les intervenants spécialisés en milieu scolaire:

1983-84 représente l'année de l'implantation du programme d'études, primaire, éducation physique. Or, après une analyse approfondie de la situation de l'implantation de ce programme, on remarque que les intervenants spécialisés en sont toujours à l'étape de l'émergence ou tout au plus d'exploration, malgré les efforts réalisés par les commissions scolaires. Pour aller au-delà de cette étape, les intervenants spécialisés des régions de la Mauricie et de l'Estrie, représentant quelques quatre cents spécialistes, reconnaissent la nécessité de participer à un programme de perfectionnement continu.

Les demandes du milieu:

Un programme de perfectionnement qui tient compte dans son élaboration:

- des expérimentations réalisées par les participants,
- des données scientifiques récentes et pertinentes,
- d'une instrumentation adaptée aux besoins identifiés.

Le programme de perfectionnement souhaité devrait essentiellement porter sur les parties suivantes:

1. une formation pertinente en fonction de la philosophie des nouveaux programmes et de ses implications en éducation physique au niveau de l'intervention, des intentions éducatives, de l'évaluation et de la gestion;

2. un élargissement des compétences portant sur des projets d'avant-garde en activité physique qui tiennent compte à la fois des particularités des milieux et des clientèles-cibles;
3. une accessibilité à des projets individuels qui répondent à des besoins et à des intérêts spécifiques et qui sont en fonction d'une croissance personnelle.

e) Le perfectionnement des intervenants en milieu extrascolaire:

Bien qu'il soit plus difficile présentement de quantifier les besoins en perfectionnement des intervenants du milieu extra-scolaire que ceux du milieu scolaire, un réel besoin semble se manifester dans plusieurs secteurs d'activités dont le plein air, le conditionnement physique et l'encadrement des programmes sportifs.

La problématique de l'intervention dans le milieu extrascolaire s'est sensiblement modifiée au cours des dernières années, à cause des influences suivantes:

1. Le Livre blanc sur le loisir, où un des principes directeurs qui s'en dégage consiste en la prise en charge du loisir par les citoyens eux-mêmes. De là, la nécessité d'intervenants spécialisés en animation sportive communautaire.
2. L'avènement du mouvement Kino-Québec a entraîné dans sa foulée de nombreux adeptes du conditionnement physique auprès desquels des interventions professionnelles compétentes sont requises.
3. Le courant technologique actuel provoque en contre-partie une utilisation, d'où la nécessité de ressources spécialisées et capables d'aider les individus à se retrouver en harmonie avec eux-mêmes, avec la nature.
4. Le phénomène de la performance sportive (entraînement sportif) ou de plus en plus d'organismes (unis ou pluridisciplinaires) utilisent les services de spécialistes en activité physique.

4. LES CONSEQUENCES DE CES DIFFERENTS CONSTATS PAR RAPPORT A L'EMERGENCE D'UN NOUVEAU PROGRAMME

Comme une des fonctions de l'Université consiste à répondre aux différents besoins exprimés par le milieu;

Comme il était très clairement exprimé dans le document sur le Devenir de l'Université (1977, p. 13) qu'une de ses priorités porterait sur "la promotion du développement régional";

La Faculté d'éducation physique et sportive s'est donc associée aux intervenants du milieu pour tenter de répondre à leur problématique de perfectionnement (principalement les intervenants oeuvrant en milieu scolaire, primaire).

Voici donc schématiquement, les différentes étapes qui ont été franchies:

1. Identification des besoins par les intervenants spécialisés dans les différents milieux.
2. Emergence d'une nouvelle problématique qui consiste à reconnaître des problèmes communs (philosophie, approche pédagogique, évaluation gestion), suite à un premier essai d'implantation dans les milieux concernés.
3. Mise en commun au niveau des régions de la Mauricie et de l'Estrie des besoins identifiés par les intervenants spécialisés des commissions scolaires.
4. Les ressources et les moyens mis à la disposition par les commissions scolaires se sont avérés insuffisants dans la recherche de solutions aux problèmes posés.
5. La problématique de l'implantation du programme d'études, éducation physique, a été présentée aux directeurs des services éducatifs qui l'ont reconnue et l'ont fait suivre aux bureaux régionaux du Ministère de l'éducation du Québec afin de trouver des éléments de solution.
6. Les bureaux régionaux des régions de la Mauricie et de l'Estrie ont mis sur pied un groupe de travail dont le mandat consistait à identifier les principales composantes d'un programme de perfectionnement.

7. Le groupe de travail ad hoc (composé des conseillers pédagogiques en éducation physique des diverses commissions scolaires locales de l'Estrie et de la Mauricie) a formulé les objectifs généraux et spécifiques d'un programme de perfectionnement des Maîtres en éducation physique et l'a ensuite présenté à la Faculté d'éducation physique et sportive de l'Université de Sherbrooke.
8. La Faculté d'éducation physique et sportive a analysé cette demande et a élaboré avec le groupe de travail un projet de diplôme d'intervenant en activité physique.
9. Des représentants du groupe de travail et de la Faculté ont ensuite consulté des groupes d'intervenants à Granby, Victoriaville, Grand-Mère, Lac Mégantic et Sherbrooke. A ce jour, nous avons la confirmation qu'un groupe de trente éducateurs physiques de Granby et un autre aussi important de Sherbrooke ont signifié leur complète adhésion et sont prêts à commencer le programme dès le mois de mai prochain. Nous attendons incessamment la réponse des autres centres.
10. Une réponse initiale aussi favorable nous apparaît comme un point de départ intéressant et nous laisse envisager des perspectives encourageantes. En effet, la consultation que nous avons menée a été faite principalement auprès de la clientèle qui enseigne au primaire. Des regroupements de professeurs provenant du secondaire pourraient s'intéresser à ce programme de perfectionnement. Enfin, le secteur extra-scolaire offre aussi un potentiel de candidats susceptibles de justifier à très court terme l'ouverture de ce volet du programme.

DOSSIER PEDAGOGIQUE

DESCRIPTION DU PROGRAMME

Le devis descriptif du programme est constitué des éléments suivants: la finalité, les objectifs, la structure, la description des activités pédagogiques et les conditions d'admission.

FINALITE DU PROGRAMME

Offrir aux spécialistes de l'activité physique un perfectionnement qui répond à leurs attentes professionnelles et individuelles.

OBJECTIFS

Les objectifs éducatifs du programme:

Objectifs généraux:

Permettre à l'étudiant:

- d'acquérir les compétences théoriques nécessaires à l'étude de démarches méthodologiques variées et à l'identification systématique des phénomènes auxquels ils sont confrontés;
- de développer l'aptitude à solutionner concrètement et sur des bases théoriquement fondées les problèmes relatifs à l'activité physique dans divers milieux et en fonction de diverses clientèles;
- de développer un sens critique et des méthodes de travail lui permettant d'apporter des solutions adéquates à des problèmes caractéristiques du milieu d'application;
- de développer ses qualités professionnelles de façon à être capable de s'adapter aux nouvelles orientations de notre société en matière d'activité physique.

Objectifs spécifiques:

Permettre à l'étudiant:

- d'approfondir les connaissances relatives à la planification, à l'organisation, à l'évaluation et à la supervision des programmes d'activités physiques;

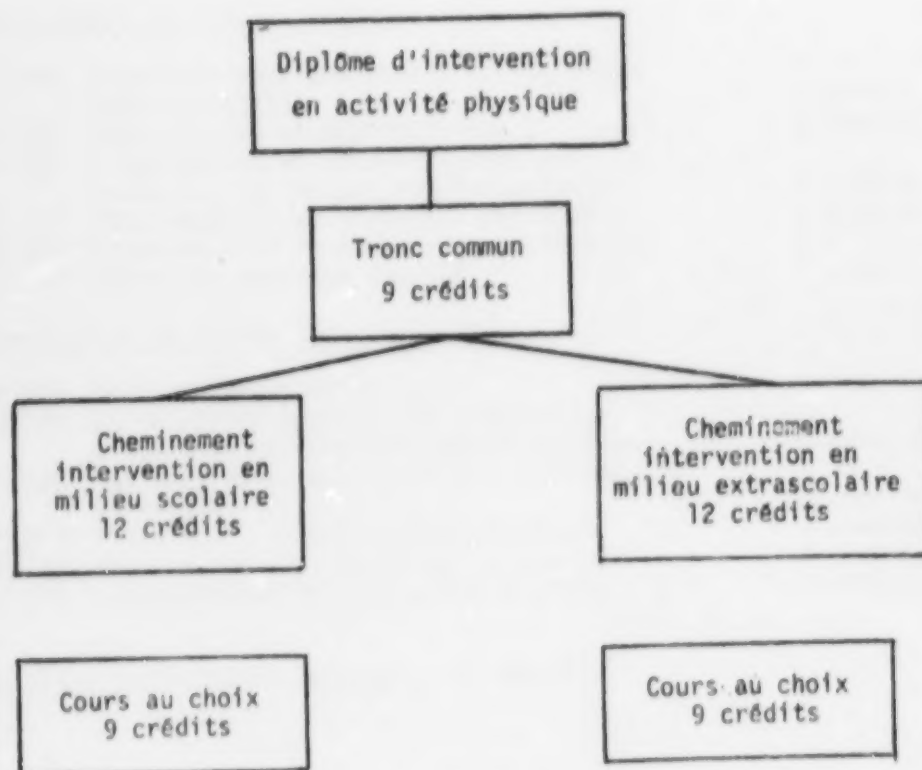
- . de se familiariser avec les diverses approches d'intervention, d'être apte à intervenir d'une façon cohérente avec l'ensemble des intervenants de leur milieu d'application;
- . d'observer et d'évaluer les effets de ses interventions en fonction des objectifs poursuivis;
- . de maîtriser les différentes stratégies d'intervention en éducation et en animation, selon les populations touchées et les activités physiques utilisées.

STRUCTURE DU PROGRAMME

Compte tenu des différents éléments de la problématique qui a été exposée précédemment dans le dossier "opportunité", le programme d'études qui est proposé offrira à l'étudiant deux cheminements particuliers.

Le premier cheminement sera orienté vers l'intervention en milieu scolaire; le second cheminement sera axé sur l'intervention en milieu extrascolaire.

STRUCTURE SCHEMATIQUE



DESCRIPTION DES ACTIVITES PEDAGOGIQUES

Activités pédagogiques obligatoires: 9 crédits

EPK 750	Séminaire: le milieu professionnel	3 crédits
EPK 751	Intervention et apprentissage I	3 crédits
RPK 755	Travaux dirigés	3 crédits

Activités pédagogiques à option: 12 crédits

Choisis dans l'un des deux secteurs suivants:

Intervention en milieu scolaire

EPK 760	Education physique scolaire: aspects administratifs	3 crédits
EPK 761	Intervention et apprentissage II	3 crédits
EPK 762	L'évaluation en éducation physique scolaire: principes et méthodologie	3 crédits
EPK 763	Programmation en éducation physique I	3 crédits
EPK 764	Programmation en éducation physique II	3 crédits
EPK 765	Education physique adaptée	3 crédits

Intervention en milieu extrascolaire

EPK 770	Activité physique et santé	3 crédits
EPK 771	La condition physique et l'animation d'activité de conditionnement physique	3 crédits
EPK 772	Les programmes de plein air: analyse et évaluation	3 crédits
EPK 773	Plein air: aspects méthodologiques	3 crédits
EPK 774	Préparation à la performance sportive	3 crédits
EPK 775	L'encadrement de programmes sportifs	3 crédits

Activités pédagogiques au choix: 9 crédits

CONDITIONS D'ADMISSION

Détenir un grade universitaire de 1^{er} cycle en éducation physique ou l'équivalent.

Avoir acquis une expérience professionnelle de 12 mois dans un des secteurs d'implication des professionnels de l'activité physique.

Adéquation entre les objectifs généraux et les activités pédagogiques du programme

Objectifs	Activités pédagogiques
1. D'acquérir des compétences théoriques nécessaires à l'étude de démarches méthodologiques et à l'identification systématique des phénomènes	<u>Secteurs scolaire et extrascolaire</u> EPK-751 Intervention et apprentissage I <u>Secteur scolaire</u> EPK-762 L'évaluation en éducation physique scolaire: principes et méthodologie EPK-763 Programmation en éducation physique I EPK-765 Education physique adaptée <u>Secteur extrascolaire</u> EPK-770 Activité physique et santé EPK-772 Les programmes de plein air: analyse et évaluation EPK-774 Préparation à la performance sportive <u>Secteurs scolaire et extrascolaire</u> EPK-755 Travaux dirigés <u>Secteur scolaire</u> EPK-761 Intervention et apprentissage II EPK-764 Programmation en éducation physique II EPK-760 Education physique scolaire: aspects administratifs <u>Secteur extrascolaire</u> EPK-771 La condition physique et l'animation d'activités de conditionnement physique EPK-773 Plein air: aspects méthodologiques EPK-775 L'encadrement des programmes sportifs
2. De développer l'aptitude à solutionner concrètement et sur des bases théoriquement fondées les problèmes relatifs à l'activité physique dans divers milieux et en fonction de diverses clientèles.	

3. De développer un sens critique et des méthodes de travail lui permettant d'apporter des solutions adéquates à des problèmes caractéristiques du milieu d'application.

4. De développer ses qualités professionnelles de façon à être capable de s'adapter aux nouvelles orientations de notre société en matière d'activité physique.

Secteurs scolaire et extrascolaire

EPK-750 Séminaire: le milieu professionnel
EPK-755 Travaux dirigés

DESCRIPTION DES COURS

EPK 750 SEMINAIRE: LE MILIEU PROFESSIONNEL

Analyse des problèmes inhérents aux programmes d'activité physique, sport et santé. Rôle des organismes scolaires, collégiaux, universitaires, gouvernementaux, scientifiques, professionnels et sportifs.

EPK 751 INTERVENTION ET APPRENTISSAGE I

Définition des termes: intervention/apprentissage. Les visions contemporaines du processus éducatif et rôle de l'intervention. La particularité de l'activité physique comme champ d'intervention et ses exigences. Principes d'apprentissage et application. Variables affectant l'apprentissage. Le rôle des croyances dans la détermination de la conduite intentionnée et la modification de la conduite de l'intervenant. L'identification des priorités pédagogiques personnelles et la formulation des plans d'action appropriés.

EPK 755 TRAVAUX DIRIGES

Rédaction d'un travail sur un sujet approuvé par le responsable pédagogique du candidat.

EPK 760 EDUCATION PHYSIQUE SCOLAIRE: ASPECTS ADMINISTRATIFS

Analyse de la problématique de la planification, de l'organisation et de la gestion des programmes, des ressources et des projets dans le domaine de l'activité physique et sportive en milieu scolaire.

EPK 761 INTERVENTION ET APPRENTISSAGE II

Etude, analyse et expérimentation de stratégies d'intervention qui visent à rendre l'expérience éducative significative pour l'apprenant et promouvoir un développement optimal des dimensions physique et psychologique de sa personne.

EPK 762 L'EVALUATION EN EDUCATION PHYSIQUE SCOLAIRE: PRINCIPES ET METHODOLOGIE

Place de l'évaluation dans le processus d'intervention et d'apprentissage. Principes à respecter dans les différentes formes d'évaluation. Utilisation des objectifs de comportement dans le processus d'évaluation continue.

EPK 763 PROGRAMMATION EN EDUCATION PHYSIQUE I

Le curriculum en éducation physique scolaire. Sa place dans l'ensemble des autres disciplines. Rappel et analyse des courants passés. Relation avec les autres niveaux scolaires. Le processus d'élaboration. Stratégies de réalisation. Interprétation des objectifs et des contenus de formulation. Incidences sur les facteurs suivants: type d'intervention, organisation institutionnelle, préparation des professionnels. Applications pratiques.

EPK 764 PROGRAMMATION EN EDUCATION PHYSIQUE II

6
Analyse détaillée du processus d'implantation. Enoncé des problèmes rencontrés aux différentes étapes de l'implantation. Suggestions de solutions possibles. Expérimentation des solutions. Evaluation des expériences et retour par rapport au programme et à son processus d'opérationnalisation.

EPK 765 EDUCATION PHYSIQUE ADAPTEE

Sa place dans l'école actuelle. La classe régulière, la classe spéciale. Politiques gouvernementales. Déviations multiples: intellectuelles, physiques, auditives, visuelles, socio-affectives. Etude de cas et applications pratiques.

EPK 770 ACTIVITE PHYSIQUE ET SANTE

9
Analyse du rôle de l'activité physique chez des sujets présentant une condition particulière: grossesse, vieillesse, obésité, ou un état pathologique tel que la maladie coronarienne, le diabète, l'emphysème, etc. Réflexion sur les stratégies de modification des habitudes de vie néfastes à la santé de la personne: analyse et critique des modèles utilisés dans le secteur de la santé.

EPK 771 LA CONDITION PHYSIQUE ET L'ANIMATION D'ACTIVITES DE
CONDITIONNEMENT PHYSIQUE

Situation de la condition physique et du conditionnement physique en relation avec santé, bien-être et performances physiques. Détermination des différents niveaux de condition physique. Mesure et évaluation de la condition physique et de la capacité physique. Les programmes de conditionnement physique: ses objectifs et ses services. La planification des séances d'activités de conditionnement physique. Les trois aspects essentiels en animation d'activités de conditionnement physique: sécurité, efficacité, plaisir. Les facteurs d'adhésion et de persévérance aux activités physiques.

EPK 772 LES PROGRAMMES DE PLEIN AIR: ANALYSE ET EVALUATION

Etude des méthodes d'analyse de différents programmes de plein air. Le plein air selon différents milieux: urbain, semi-urbain, éloigné. Relevé des programmes offerts par différents organismes.

EPK 773 PLEIN AIR: ASPECTS METHODOLOGIQUES

Planification de programmes de plein air en milieu extrascolaire. Application d'une méthode de planification. Réalisation et évaluation de programmes de plein air.

EPK 774 PREPARATION A LA PERFORMANCE SPORTIVE

Problématique et perspectives. Les dimensions de la performance. Les conditions environnementales. Le développement du participant. Intégration de l'ensemble des déterminants dans une stratégie de développement. Formation des intervenants.

EPK 775 L'ENCADREMENT DE PROGRAMMES SPORTIFS

Problématique de la gestion et du marketing dans le domaine de l'activité physique et sportive. Les phases opérationnelles: planification, organisation, direction, contrôle. Analyse de programmes sportifs.

5

6

7